॥ श्रीगुरुःशरणम् ॥

॥ ॐश्रीमदमृतमूर्तये शिववामनाय नमः ॥

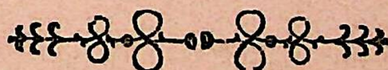


श्रीमन् महामाहेश्वराचार्यवर्य महायोगी

श्रीसिद्धगोरक्षनाथ विरचित

अमरौघप्रबोध

[मूळ संस्कृत श्लोक, सुबोध मराठी भाषान्तर आणि विस्तृत विवरणासह]



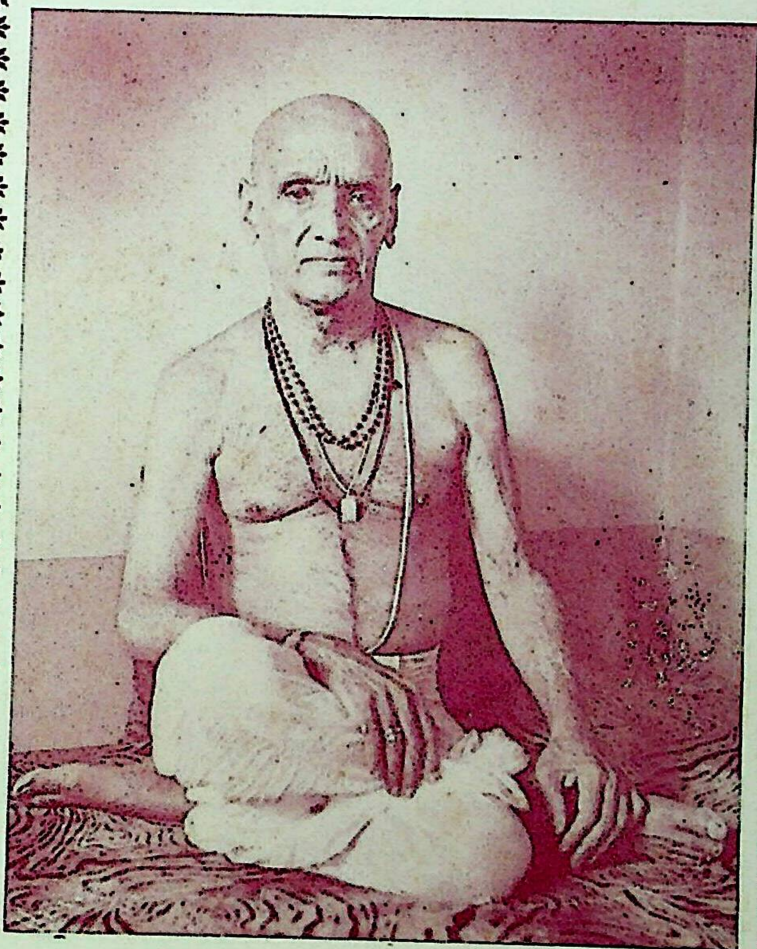
—: संकलक :—

डॉ. केशव रामचंद्र जोशी

एम्. ए., पीएच्. डी.

योगीराज सद्‌गुरु

श्रीसंत वामनरावजी गुळवणीमहाराज



शक्तिपाताचा महामेरू । बहुत जनांसि आधारू ।
ब्रह्मस्थितीचा निर्धारू । श्रीमंत योगी ।।



शिव गोरक्षः

चन्द्रार्कद्रुहिणाच्युताम्बुजलसल्लोकेशकंसारिभिः
कालीभैरवसिन्धुरास्यहनुमत्क्रोडैः परीवारितम् ।
वन्दे तं नवनाथसिद्धमहितं मघाहिमालासनं
मालापुस्तकशूलडिण्डिमधरं गोरक्षमृत्युंजयम् ॥

सौ. मंदाकिनीताई मराठे यांना
सप्रेम भेट
केशव रामचंद्र जोशी
दि. ६।५।१९८२

॥ श्रीगुरुःशरणम् ॥

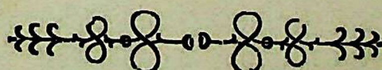
॥ ॐश्रीमदमृतमूर्तये शिववामनाय नमः ॥



श्रीमन् महामाहेश्वराचार्यवर्य महायोगी
श्रीसिद्धगोरक्षनाथ विरचित

अमरौघप्रबोध

[मूळ संस्कृत श्लोक, सुबोध मराठी भाषान्तर
आणि विस्तृत विवरणासह]



—: संकलक :—

डॉ. केशव रामचंद्र जोशी
एम्. ए, पीएच् डी.

प्रकाशक : ©
व्यवस्थापक,
सिद्धयोग प्रकाशन,
२६।२०२ लक्ष्मीनगर, पुणे ९.
पिन ४११ ००९

*

मुद्रक :
मा. प. तळेकर
श्रीदत्त मुद्रणालय,
३३५ शनिवार पेठ, पुणे ३०.

*

प्रकाशन काल :
फाल्गुन वद्य २, शके १९०३
दि. ११।३।१९८२
(श्रीसंततुकाराममहाराजबीज)

*

मूल्य २० रुपये

प्रस्तावना :—

महायोगी श्रीगुळवणीमहाराज यांच्या अपार कृपेने श्रीमन् महामाहेश्वराचार्यवर्य महायोगी श्रीसिद्धगोरक्षनाथ विरचित "अमरौघप्रबोध" हा ग्रंथ मूळ संस्कृत श्लोक, त्याचे सुबोध मराठी भाषान्तर आणि त्यावरील विवरणात्मक टीका यांसह साधक-वाचकांना मराठी भाषेत प्रथमच उपलब्ध होत आहे, ही परम भाग्याची गोष्ट आहे, असे म्हटले तर त्यात यत्किंचितही अतिशयोक्ती होणार नाही; कारण "एवं गुरुक्रमें लाधलें। समाधिधन जें आपुलें। तें ग्रंथें बोधौनि दिधलें। गोसावी मज ॥" (ज्ञानेश्वरी १८·१७६४) असे जे समाधिधन म्हणजे योगधन श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांना श्रीआदिनाथ, श्रीमत्स्येन्द्रनाथ, श्रीगोरक्षनाथ, श्रीगहिनीनाथ व श्रीनिवृत्तिनाथ या क्रमाने आदिगुरू श्रीशिवशंकरांपासून प्रवर्तित झालेल्या गुरुशिष्य-परंपरेने बोधाच्या ऐश्वर्यासकट म्हणजे सद्‌गुरुकृपेने अनुभूतीसह अर्थात् सद्‌गुरूंनी शक्तिपाताने केलेल्या दैवीशक्तींच्या संक्रमणाने महाबोधासह साधनात्मक(Practical) पद्धतीने आणि ग्रंथाच्या रूपाने तात्त्विक किंवा सैद्धान्तिक(Theoretical.)अशा द्विविध पद्धतींच्या अवलंबनाने प्राप्त झाले, त्या समाधिधनाची आजतागायत अक्षम्य अशी उपेक्षा व हेळसांड झाली, हे नितांत सत्य आहे. ही उपेक्षा व हेळसांड जितकी साधनात्मकतेच्या किंवा कृतिशीलतेच्या अभावामुळे झाली तितकीच ती "आइकाच बोलाची वालीफ फेडिजे ॥" (ज्ञानेश्वरी ६·२५) यासाठी लागणाऱ्या परार्थ-दृष्टीचा अवलंब करून शब्दार्थाच्या लक्ष्यभेदाने अंतिम सिद्धान्तात किंवा तत्त्वात बुडी मारण्याची पात्रता नाहीशी झाल्यामुळेही झाली. त्यामुळे महायोगी श्रीसिद्ध-गोरक्षनाथ यांनी स्वतः लिहिलेल्या ग्रंथांचा अभ्यासकांना विसर पडला आणि त्यामुळे त्यांच्या परंपरेत उत्पन्न झालेल्या सकलसंतशिरोमणी श्रीज्ञानेश्वरमहाराज यांनी प्रकट केलेल्या ज्ञानेश्वरी, अनुभवामृत, चांगदेवपासष्टी, अभंग इत्यादि सारस्वतातील शब्दांच्या अंतरंगात प्रवेश करण्याची दृष्टीही कधी उत्पन्न झाली नाही. या अभावामुळे "जैसा वायसीं चंद्र नोळखिजे। तैसा प्राकृतीं हा ग्रंथु नेणिजे। आणि तो हिमांशुचि चोविं खाजें। चकोराचें ॥" (ज्ञानेश्वरी ६·२९) या श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी स्वतःच सांगितलेल्या न्यायाने महाराष्ट्रातील सर्व अभ्यास-कांनी त्यांच्या ग्रंथांचा बहिरंग अभ्यास करून "तैसें अध्यात्मशास्त्रीं यिये। अंतरंगचि अधिकारिये। परी लोकु वाक्चातुर्यें। होईल सुखिया ॥" (ज्ञानेश्वरी

१८·१७५०) या त्यांच्या म्हणण्याची सिद्धी केली, हे सहज लक्षात येते. वास्तविक पाहता आपले परात्पर गुरू महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांचे परंपराक्रमात वर्णन करताना "मग समाधि अव्युत्थया । भोगावी वासना यया । ते मुद्रा श्रीगोरक्षराया । दिधली मीनीं ।। तेणें योगाब्जिनीसरोवरु । विषयविध्वंसैकवीरु । तियें पदीं का सर्वेश्वरु । अभिषेकिला ।।" (ज्ञानेश्वरी–१८·१७५५-५६) असे म्हणून श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी जो अपरंपार, अपूर्व, अलौकिक व न भूतो न भविष्यती असा गौरव केला आहे त्याच्या अंतरंगात परार्थाच्या साहाय्याने शिरले; तर उपरोक्त शक्तिपातसाधनरहस्याचा भेद झाल्याशिवाय राहणार नाही. या दृष्टीने वर उल्लेखिलेल्या "मुद्रा" या एका शब्दाच्या अर्थान्तरात जरी आपण प्रवेश केला; तरी उपेक्षा, हेळसांड, प्राकृतीं हा ग्रंथु नेणिजे इत्यादींचा उलगडा झाल्याशिवाय राहणार नाही.

"सिद्धसिद्धान्तपद्धति" या आपल्या प्रसिद्ध ग्रंथात "मुद्रा" या शब्दाची व्याख्या करताना महायोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी असे म्हटले आहे की, "मुद मोदे तु रादाने जीवात्मपरमात्मनोः । उभयोरेकसंवित्तिर्मुद्रेति परिकीर्तिताः ।।६·३०।। मोदन्ते देवसङ्घाश्च द्रवन्तेऽसुरराशयः । मुद्रेति कथिता साक्षात् सदा भद्रार्थदायिनी ।। ३१ ।।" याचा अर्थ असा की, मुद्रा शब्दात दोन पदे आहेत. एक 'मुद' व दुसरा 'रा'. 'मुद' याचा अर्थ प्रसन्नता किंवा आनंद असा आहे. या प्रसन्नतेचा किंवा आनंदाचा अभिलाषी जीवात्मा आहे. 'रा' चा अर्थ देणे असा आहे. देणारा दाता परमात्मा आहे. जीवात्मा व परमात्मा यांचा संयोग करणारे जे साधन सद्गुरू शक्तिपात करून देतात त्या साधनांतर्गत दीक्षेला मुद्रा असे म्हणतात. या मुद्रेमुळे अर्थात् शक्तिपातयोगदीक्षेच्या साधनामुळे देवगण प्रसन्न होतात म्हणजे साधकाच्या शरीरात अंतर्मुखतेमुळे सात्त्विक गुणाचा प्रादुर्भाव होतो आणि राक्षस दूर पळतात म्हणजे कामक्रोधादि दुर्गुणांमुळे प्राप्त झालेली बहिर्मुखता नाहीशी होते. यामुळे अभेदज्ञानसिद्धी करणाऱ्या या ज्ञानप्राप्तीच्या दीक्षेला मुद्रा असे म्हटले असून ही मुद्रा नेहमी साक्षात् कल्याण देणारीच असते.

सारांश "आहाच बोलाची वालीफ फेडिजे । आणि ब्रह्माचियाचि आंगा वडिजे । मन सुखेंसी सुरवाडिजे । सुखाचि माजीं ।।" (ज्ञानेश्वरी ६·२५) याप्रमाणे शब्दाच्या लक्ष्यार्थभूत असलेल्या ब्रह्मस्वरूपाशीच तद्रूप होण्यासाठी आणि मग स्वस्थपणाने सुखामध्येच रंगून जाऊन सुखाची गोडी घेण्यासाठी वरवर असलेली शब्दरूपी टरफले किंवा कवचे दूर करणे आवश्यक आहे असे श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी सिद्धान्तरूपाने स्पष्ट केले आहे. हा सिद्धान्त सिद्ध होण्यासाठी "ऐसें

हळुवारपण जरी येईल । तरीच हें उपेगा जाईल ।" (ज्ञानेश्वरी ६·२६) ह्या त्यांनी कथन केलेल्या उपायाचाच अवलंब करणे आवश्यक आहे; कारण या उपायाचा अवलंब केला नाही तर "एऱ्हवीं आघवी गोठी होईल । मुकिया बाहिरयाची ।।" (ज्ञानेश्वरी ६·२६) अशी स्थिती झाल्याशिवाय राहणार नाहीं. हा उपाय म्हणजे शब्दांची टरफले दूर करण्याचा जो हळुवारपणा तो साधनात्मक व तात्त्विक अशा द्विविध पद्धतींनी श्रीगोरक्षनाथ यांना त्यांचे सद्गुरू श्रीमत्स्येन्द्रनाथ यांच्याकडून कसा प्राप्त झाला हे आपण वर पाहिलेच आहे. परार्थाने शब्द म्हणजे शक्ती होय. या शक्तीचे कवच, टरफल किंवा आच्छादन म्हणजें तिने धारण केलेला संकुचित जीवपणा होय. तो दूर करण्यासाठी आणि शिवरूप होण्यासाठी हळुवारपण आले पाहिजे; म्हणजे सद्गुरुकृपेने शक्तिपात योगदीक्षा होऊन काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद, मत्सर हे षड्रिपू, जरा, मरण, काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार व अविद्या हे अष्टबंध, घृणा, लज्जा, भय, शोक, निंदा, कुल, शील व जाती हे अष्टपाश आणि मल, विक्षेप व आवरण यांनी जड झालेले प्राण शुद्ध व सूक्ष्म होऊन सुषुम्नेत गेले पाहिजेत. शब्दरूप शक्तीची टरफले दूर करण्याचा हा पहिला साधनात्मक मार्ग होय. सूक्ष्मार्थाने शब्दाचा अर्थ वेद किंवा सारस्वत अगर शास्त्र होय त्याचा रहस्यभेद करण्यासाठी "अहिर्बुध्न्य संहितेवर" आधारित असलेल्या "रहस्यत्रयसार" या ग्रंथात श्रीवेदान्तदेशिक यांनी "परो नाम रहस्यशास्त्रप्रतिपादिताक्षरनिघण्टुप्रक्रियया प्रतीयमानोऽर्थः ।" असे म्हणून परार्थाचे जे लक्षण सांगितले आहे त्या दृष्टीने रहस्य अर्थात् तंत्रशास्त्रात प्रतिपादित केलेल्या अक्षरांच्या अर्थांमुळे प्रतीत होणाऱ्या ज्या अर्थाला पर अर्थ म्हणतात त्या परार्थाची प्राप्ती करणे आवश्यक ठरते. या परार्थप्राप्तीच्या आवश्यकतेपोटीच महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांच्या या "अमरौघप्रबोध" ग्रंथाचे प्रकाशन होत आहे. शब्दरूप शास्त्राची टरफले दूर करण्याचा अर्थात् बुद्धिरूप प्राणांना हळुवार करण्याचा हा दुसऱ्या प्रकारचा सैद्धान्तिक किंवा तात्त्विक मार्ग होय.

माझे सद्गुरू महासिद्धयोगी श्रीगुळवणीमहाराज यांनी वर उल्लेखिलेली उपेक्षा व हेळसांड दूर व्हावी म्हणून आपल्या उभ्या आयुष्यभर साधनात्मक किंवा कृतिशील (Practical) आणि तात्त्विक किंवा सैद्धान्तिक (Theoretical) अशा द्विविध पद्धतींचा अवलंब करून शक्तिपातयोगाची किंवा सिद्धमहायोगशास्त्राची पायाभूत उभारणी करून "कळी गिळितया जिवां ।।" ज्ञानेश्वरी १८·१७६०) या न्यायाने या घोर अशा कलीने त्रस्त झालेल्या व गिळल्या जाणाऱ्या जीवांना दुःखापासून सर्व प्रकारे मुक्त करण्यासाठी जे अलौकिक, अभूतपूर्व व एकमेवा

द्वितीय कार्य केले त्याला उभ्या भारतवर्षात क्वचित्च तोड सापडेल असे म्हटले; तर त्यात यत्किंचितही अतिशयोक्तीच्या, हेत्वाभासाच्या किंवा अर्थवादाच्या म्हणजे स्तुतीच्या दोषाचा स्पर्श झाला असे त्यांच्या उपरोक्त द्विविध कार्यपद्धतीचा मागोवा घेतला म्हणजे कोणासही वाटणार नाही, असा नितांत विश्वास वाटतो.

प. प. श्रीगंगाधरतीर्थस्वामीमहाराज, प. प. श्रीनारायणतीर्थस्वामीमहाराज प. प. श्रीशंकरपुरुषोत्तमतीर्थस्वामीमहाराज व प. प. श्रीलोकनाथतीर्थस्वामीमहाराज यांच्यापासून गुरुसंप्रदायपरंपराक्रमाने महायोगी श्रीगुळवणीमहाराजांपर्यन्त जी सिद्धयोगाची अर्थात् शक्तिपातयोगाची साधनगंगा वाहत आली तिच्या प्रवाहात स्नान करून जीवन कृतार्थ व धन्य करता यावे म्हणून त्यांनी आसेतुहिमाचल पसरलेल्या आपल्या भारतवर्षातील हजारोहजार साधकांना, भक्तांना, मुमुक्षूंना व जिज्ञासूंना दैवीशक्तीचे संक्रमण करून शांभव वेधदीक्षा देऊन आणव, शाक्त व शांभव या तीन शिवसूत्रोक्त उपायांच्या पलीकडील अनुपाय प्रक्रियेचा म्हणजे सहजयोगाचा जो प्रसार केला त्यात त्यांचा "आम्हीं साधन हें जें सांगितलें । तेंचि शरीरीं जिहीं केलें । ते आमुचेनि पाडें आले । निर्वाळलेया ।।" (ज्ञानेश्वरी ६·३२६) व "इये अभ्यासीं जे दृढ होती । ते भंरवसेनि ब्रह्मत्वा येती ।। " (ज्ञानेश्वरी ६·३२०) ह्या श्रीज्ञानेश्वरमहाराजोक्त साधनात्मक दृष्टिकोण स्पष्टपणे दृग्गोचर झालेला दिसून येतो.

वर वर्णन केलेल्या साधनात्मकतेला किंवा कृतिशीलतेला भरभक्कम पाया उपस्थित करण्यासाठी महायोगी श्रीगुळवणीमहाराजांनी "शक्तिपाताने आत्मसाक्षात्कार अर्थात् दैवीशक्तीचे संक्रमण" हा लेख शक्तिपातयोगसाधनवटधानिका म्हणजे सिद्धयोगसाधनवटवृक्षाच्या बीजाच्या रूपाने लिहिला. त्याचप्रमाणे "ज्ञानेश्वरीत शक्तिपाताशिवाय म्हणजे कृपेशिवाय एकही शब्द नाही" असा महान्, अलौकिक, अपूर्व, एकमेवाद्वितीय व अभ्यासपूर्ण सिद्धान्त प्रस्थापित करून आपण स्वतः देहदृष्टया तिरोहित झाल्यानन्तरही "ज्ञानेश्वरी : सिद्धयोग दर्शन" यासारखा ग्रंथ माझ्याकडून लिहवून घेऊन वरील सिद्धान्त सांगोपांगपणे प्रस्थापित करण्यात त्यांची सैद्धान्तिक किंवा तात्त्विक दृष्टी प्रत्ययास आल्याशिवाय राहत नाही. इतकेच नव्हे; तर या संप्रदायसिद्धपरंपरेने विभूषित झालेल्या सिद्धयोगसाधनगंगेचे निखळ शास्त्रीय स्वरूप व त्यातील विविध पैलू साधकांना व अभ्यासू वाचकांना उपलब्ध व्हावेत म्हणून आजपर्यन्त शक्तिपातयोगरहस्य अर्थात् सिद्धमहायोगशास्त्र, महायोगी गोरक्षनाथ विरचित योगबीज, स्पंदशास्त्र अर्थात् सिद्धयोग साधन पद्धती,

श्रीगोरक्षगीता, ज्ञानसंकलिनीतंत्र, शक्तिपातयोगाने दिव्यचक्षूंचे उन्मीलन, आचार्य बलभद्र विरचित सिद्धसिद्धान्तसंग्रह, शिवसंहिता, श्रीललितासहस्रनामस्तोत्र, श्रीश्रीसद्गुरुसंग (खंड पहिला) व श्रीमन् महामाहेश्वराचार्यवर्य महायोगी श्रीसिद्ध-गोरक्षनाथ विरचित अमरौघशासन ही अकरा पुस्तके त्यांनी माझ्याकडून लिहवून व प्रसिद्ध करवून घेतली. आज " ऐसें श्रीवामननाथांचें । गौरव आहे जी साचें । ग्रंथु नोहे हें कृपेचें । वैभव तिये ॥ " या न्यायाने उपरोक्त परंपराक्रमातलि तेरावे पुस्तक प्रसिद्ध होत आहे, ही मोठी मोलाची व भाग्याची गोष्ट होय, असे " तैसें अध्यात्मशास्त्रीं यिये । अंतरंगचि अधिकारिये ॥ " (ज्ञानेश्वरी १८·१७५०) या पात्रतेचे जे लोक असतील ते म्हटल्याशिवाय राहणार नाहीत असे मनोमन वाटते.

महायोगी श्रीगोरक्षनाथसिद्ध यांनी रचिलेला " अमरौघप्रबोध " हा ग्रंथ एकूण ७४ श्लोकांचा असून, आकाराने जरी तो लहान असला; तरी सिद्धयोग-साधनशास्त्रातील काही मौलिक सिद्धान्त या ग्रंथात आलेले असल्यामुळे त्याचा महिमा अपूर्व आहे यात तिल : प्राय शंका नाही. महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी हे सिद्धान्त हठ, मंत्र, लयादि बाह्य व आंतर क्रियादि पुरुषार्थप्रधान किंवा पौरुषप्रधान साधनांवर विशेष भर असलेल्या त्यांच्या सिद्धयोगसाधनपरंपरेचे कथन करीत असताना प्रस्थापित केलेले आहेत. त्यांनी कथन केलेल्या या क्रिया व हे सिद्धान्त महायोगी सद्गुरू श्रीगुळवणीमहाराज यांच्या किंवा तत्सम परंपरेतून शक्तिसंक्रमण-पूर्वक प्राप्त झालेल्या सिद्धयोगाच्या साधकांना " कां चांचूचेनि सांडसें । खांडिजे पय पाणी राजहंसें ॥ " (ज्ञानेश्वरी ९·४४) या श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी सांगितलेल्या न्यायाप्रमाणे नीरक्षीरविवेकन्यायाने ग्रहण करणे आवश्यक आहे; कारण ज्या पद्धतीने या परंपरेत शक्तिपातयोगाची दीक्षा दिली जाते ती सर्वस्वी पूर्वसूरींच्या पद्धतीहून भिन्न असून या घोर अशा कलियुगातील जीवांना शिवस्वरूप होण्यासाठी मिळालेली ही एक अपूर्व अशी संजीवनी किंवा दिव्यौषधीच आहे.

सिद्धयोगाचे किंवा शक्तिपातयोगाचे साधन ही एक अपूर्व अशी संजीवनी किंवा दिव्यौषधी आहे असे म्हणण्याची कारणमीमांसा पुढीलप्रमाणे आहे.– प्रथमतः हे लक्षात घेतले पाहिजे की, ब्रह्म हे कल्पनातीत तत्त्व आहे. त्यामुळे त्याची व्याख्या करता येत नाही. वेदही " नेति नेति " म्हणजे न इति न इति असे त्याचे अधिकात अधिक वर्णन करताना हे इतकेच नाही, हे इतकेच नाही असे म्हणून मौन झाले आहेत; कारण अपार, अनन्त व अपरंपार असलेले हे ब्रह्मतत्त्व "ऐसें जें अगाध । जेथ वेडावती वेद ॥" (ज्ञानेश्वरी १·७३) असे श्रीज्ञानेश्वरमहा-राजांनी म्हटल्याप्रमाणे वेदांनी स्वतःच सांगितलेल्या साधनांच्या कक्षेच्या पलीकडे

राहिले आहे. या अगाध ब्रह्मतत्त्वाच्या प्राप्तीबद्दल वेदांचीही मती कुंठित होण्यासारखी स्थिती असल्यामुळे कल्पनान्तर्गत येणाऱ्या किंवा पौरुषप्रयत्नावर अवलंबून असणाऱ्या कोणत्याही लौकिक किंवा अलौकिक साधनाने ब्रह्मप्राप्ती होणे केवळ अशक्य आहे. ही असमर्थता " हें अपार कैसेनि कवळावें । महातेज कवणें धवळावें । गगन मुठीं सुवावें । मशकें केवी ? ॥" (ज्ञानेश्वरी १·७४) अशा प्रकारचे प्रश्न करून श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनीही व्यक्त केली आहे. हे अपार ब्रह्मतत्त्व कोणत्या उपायांनी समजून घ्यावे किंवा त्याला मिठी मारून त्याच्याशी कसे समरस व्हावे ? सूर्याच्या तेजाला कोणी उज्ज्वल करावे ? चिलटाने आपल्या मुठीत आकाश कसे धरावे ? इत्यादि सर्व प्रश्न प्रयत्नसाध्य साधनांची असमर्थताच दाखवितात यात काहीच शंका नाही. वास्तविक पाहता कल्पनेच्या कक्षेपलीकडे कोणतेही साधन असण्याचे कारण नाही। परंतु शक्तिपातयोगात गुरुकृपेने अनादि आत्मसत्तारूप प्राणशक्ती-कुंडलिनी जागृत झाली की, साधकाची दशा, पात्रता, धारणा इत्यादि विविध गुणकांच्या भेदाने विविध अंगांनी त्याच्या कल्याणासाठी व त्याला गंतव्य स्थानापर्यन्त पोहचविण्यासाठी कल्पनातीतपणे ती जागृत होऊन स्वतःला प्रकट करीत असते. हे आत्मप्रकटीकरण ही कुंडलिनी शक्ती ज्या क्रियांच्या द्वारा करविते त्याची कल्पना कोणताही साधक करू शकत नाही। कारण ही महाशक्ती सर्व शक्तिमान शक्तींतील ज्ञानयुक्त अशी श्रेष्ठ शक्ती आहे. कोणत्या साधकाला कोणत्या पद्धतीने पुढे नेणे आवश्यक आहे हे ही शक्ती पूर्णपणे जाणते. या दृष्टीनेच "श्वेताश्वतर उपनिषदात" " परास्य शक्तिर्विविधैव श्रूयते । स्वाभाविकी ज्ञान बल क्रिया च ॥ ६·८ ॥ " असे म्हटले आहे. याचा अर्थ असा की, परमेश्वराची शक्ती नाना प्रकारची आहे असे कानावर येते. ती स्वभावतःच ज्ञानक्रिया व बलक्रिया या रूपाने दिसून येते. त्यामुळे सिद्धयोगात ज्या पद्धतीने या साधनाची दीक्षा दिली जाते व दीक्षोपरान्त " अभ्यासुचि आपणयातें करी । हृदयातें अनुभवु वरी ॥ " (ज्ञानेश्वरी ६·१६६) "ऐसी अनुभवाची उजरी । होंचि लागे ॥" (६·१९०) "प्रवृत्ति माघौति मोहरे । समाधि ऐलाडी उतरे । आघवें अभ्यासु सरे । बैसतखेंवो ॥" (६·१९१) "कल्पना निमे । प्रवृत्ति शमे । आंग मन विरमे । सावियाचि ॥" (६·२१२) आणि " मोटकें गुरुमुखें उदैजत दिसे । आणि हृदयीं स्वयंभचि असे । प्रत्यक्ष फावों लागे तैसें । आपैसयाचि ॥ " (९·४९) असे श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी ज्ञानेश्वरीत कथन केल्याप्रमाणे जसे साधन चालते तसे साधन इतर कोणत्याही पुरुषार्थप्रधान साधनप्रणालीत सुरुवातीला म्हणजे कुंडलिनी शक्ती जागृत होईपर्यंत चालत नाही. मात्र ज्यावेळी पुरुषार्थप्रधान अशा एखाद्या बाह्य साधनाच्या आलंबनाने आत्मशक्ती

जागृत होऊन ती ऊर्ध्वमुखाने सुषुम्नागामी होते तेव्हा अनाहतनादादि साधने साधकाच्या शरीरात उपस्थित होतात आणि पौरुषप्रयत्न संपून साधक अपुरुषार्थ-प्रधान साधनाचा अधिकारी होतो म्हणजे जागृत शक्तीच्या अधीन होऊन त्याला पुढील वाटचाल करावी लागते. निरनिराळ्या तंत्र, शैव, शाक्तादि आगम ग्रंथांतून आणि हठ, लय, मंत्र व ध्यान किंवा राजयोगाच्या भिन्नभिन्न मतप्रणालींच्या व संप्रदायांच्या योगग्रंथांतून या विषयाचे अर्थात् पौरुषप्रयत्नसंपन्न साधनाचे जे कमी-अधिक प्रमाणात वर्णन आले आहे ते वाचल्यानंतर आणि त्या त्या साधनमार्गावलंबी साधकांचे अनुभव पाहिल्यानंतर आपण उपरोक्त निष्कर्षाप्रत येऊन पोहोचतो. पुरुषार्थप्रधान साधनात सद्गुरूंनी शिकविलेल्या क्रिया-प्रक्रियांच्या द्वारा स्वप्रयत्नाने आत्मशक्ती कुंडलिनीचे जागरण करून स्वस्वरूपप्राप्तीवर भर दिलेला असतो, तर सिद्धयोग साधनात "श्रीगुरुः परमकारणभूता शक्तिः।" (भावनोपनिषद), "गुरुरुपायः।" (शिवसूत्र २·६) "श्रीगुरुनाथस्य सर्व कारणकारणम्॥" (काश्यपसूत्र १५) "गुरुमत्तैव नः शास्त्रे परमं फलमुच्यते।" (महार्थमंजरी पृ. १७०– गुरू करणे हेच आमच्या या शास्त्रातील सर्वात श्रेष्ठ फल, तत्त्व किंवा रहस्य आहे.) या न्यायाने सर्वस्वी गुरुकृपेवर म्हणजे जागृत अंतःशक्तिस्वरूप गुरूच्या कृपेवर व शरणागतीवर भर असतो. त्यामुळे ज्या जुन्या मान्यवर ग्रंथांमधून शक्तिपातयोगाचा विषय आला आहे ते ग्रंथ वाचताना सिद्धयोगाचे साधन करणाऱ्या साधकांच्या मनाचा गोंधळ उडून जातो. या प्रत्येक ग्रंथात अनादि आत्मसत्तारूप कुण्डलिनी महाशक्तीच्या जागरणासाठी व ती सुषुम्नागामी होऊन तिच्या दिव्यविलासाच्या आविर्भावाने संपन्न होणाऱ्या स्वयंचलित साधनासाठी हठ, मंत्र, लय, ध्यान, धारणा, पूजा, जप इत्यादि काही ना काही तरी साधन सद्गुरूंनी शिष्यांकडून करवून घ्यावे यावर भर दिला आहे. अर्थात् असे पुरुषार्थ-प्रधान साधन करवून घेण्याचा मुख्य उद्देश कुण्डलिनी महाशक्ती सुलभतेने जागृत होऊन साधक गौतम बुद्धाने म्हटल्याप्रमाणे "स्रोतापन्न" व्हावा म्हणजे त्याची प्राणशक्ती सुषुम्नागामी होऊन सुषुम्नामार्गातील प्रवास सुखकरपणे व्हावा, त्याचे सर्व दोष, जडत्व, दुष्टपूर्वसंस्कार आणि "व्याधिस्त्यानसंशयप्रमादालस्याविरतिभ्रान्तिदर्शनालब्धभूमिकत्वानवस्थितत्वानि चित्तविक्षेपास्तेऽन्तरायाः॥" (पातंजलयोगदर्शन १·३०) म्हणजे व्याधी, स्त्यान अर्थात् अकर्मण्यता, संशय, प्रमाद, आळस, अवरति अर्थात् आसक्ती किंवा वैराग्याचा अभाव, भ्रान्तिदर्शन अर्थात् वरची योगभूमी प्राप्त झाल्याची भ्रांती, अलब्धभूमिकत्व अर्थात् समाधीच्या भूमिकेवर आरूढ न होणे व समाधी भूमिकेवर चित्त आरूढ होऊन तेथे स्थिर न होणे हे

पतंजली महामुनींनी योगदर्शनात कथन केलेले नऊ अडथळे दूर होऊन त्याची अप्रतिहत प्रगती व्हावी आणि " जेणें पाहालिये पाहाटे। भेदाची चोरवेळ फिटे। रिघती आत्मानुभववाटे। पाथिक योगी॥ " (ज्ञानेश्वरी १६·७) या श्रीज्ञानेश्वर-महाराजांनी सांगितलेल्या न्यायाने श्रीगुरुरूप सूर्योदयामुळे उजाडलेल्या पहाटेच्या वेळी जीव-शिवाचे भेदरूपी द्वैत नाहीसे होऊन जीव शिवस्वरूप व्हावा, हाच आहे, हे खरे असले; तरी जागृत आत्मशक्तीच आतून आवश्यक ती ती सर्व साधने साधकाकडून करवून घेऊन साधकाला ती शिवस्वरूप करते हे या सद्गुरुकृपायुक्त व शरणागतिसंपन्न शक्तिपातयोगदीक्षेचे व त्यामुळे उद्भूत झालेल्या सिद्धयोगसाधपरं-परेचे वैशिष्ट्य असल्यामुळे व आसेतुहिमाचल पसरलेल्या आपल्या भारतवर्षातील आणि इतरही द्वीपातील हजारो हजार साधकांनी या शास्त्रपूत दिव्यसाधनाची अनुभूती घेतलेली असल्यामुळे तत्काळ प्रचीती देणारे शक्तिपातयोगाचे हे शास्त्र अपूर्व आहे, हे आपणा सर्वांना मान्यच करावे लागेल. येथपर्यंत स्वप्रयत्नसाध्य अशा पौरुषप्रयत्नसंपन्न आणि सद्गुरुकृपायुक्त अशा शरणागतिसंपन्न उभयविध साधनांची तुलनात्मक चिकित्सा करून सिद्धयोगाच्या साधकांना प्रस्तुत ग्रंथासारखे ग्रंथ वाचताना नीरक्षीरविवेकन्यायाने ते ग्रहण करण्याचे जे वर आवाहन केले आहे त्याचे एक कारण असे आहे की, पहिल्या प्रकारचे स्वप्रयत्नसाध्य साधन पायाकडून कळसाकडे जाणारे असून दुसऱ्या प्रकारचे सद्गुरुकृपायुक्त साधन कळसाकडून पायाकडे येणारे आहे. अशा वेळी दुसऱ्या साधनात साधकांना जीव व धारणा-भेदामुळे जन्मजन्मांतरी केलेल्या अनंत साधनांपैकी ज्या क्रिया आपोआप होतात त्याचें शास्त्रीय स्वरूप काय आहे हे कळावे आणि आपण योग्य मार्गावरून चाललो आहोत याची खात्री होऊन साधनावर दृढ निष्ठा व श्रद्धा उपस्थित व्हावी. याप्रमाणेच सुषुम्नांतर्गत शक्तिचालनानन्तर फलप्राप्तीपर्यंतची सर्व मार्गक्रमणा कशी होणार याचे शास्त्रीय रहस्य ज्ञात व्हावे हे दुसरे महत्त्वाचे कारण आहे.

येथपर्यन्त केलेल्या विवेचनाच्या व दृष्टिकोणाच्या आधाराने आपण महायोगी श्रीसिद्धगोरक्षनाथ विरचित " अमरौघप्रबोध " या ग्रंथाच्या अंतरंगात प्रवेश केला म्हणजे आपणास तेथे सिद्धयोग साधनाच्या कितीतरी प्रमुख व अपूर्व सिद्धान्तांची खाण उघडून ठेवल्याचे दृष्टोत्पत्तीस येईल. " तैं महासिद्धान्ताचा आवांका। सिद्धान्तकक्षा अनेका। भिडऊनि आरंभु देखा। संपवितु असे॥" (ज्ञानेश्वरी–१८·१२४२) या श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी सांगितलेल्या न्यायाने मानवी शरीरात अमर ओघाचा म्हणजे मूलाधारस्थ निद्रित कुण्डलिनीशक्तीचा प्रवाह उपस्थित होऊन ती सुषुम्नामार्गाने ऊर्ध्वगामी झाल्यामुळे तिचा प्रबोध म्हणजे

प्रकर्षाने बोध होतो अर्थात् त्यामुळे साधकाला अत्यंत श्रेष्ठ सुखाची किंवा सामरस्याची प्राप्ती होते, हा प्रमुख महासिद्धान्त या ग्रंथाच्या नावात कथन करून ग्रंथकाराने इतर उपसिद्धान्त कथन करून मूळ महासिद्धान्ताच्या कक्षा स्पष्ट केल्या आहेत. हा महासिद्धान्त मूर्धन्य सिद्धान्त म्हणून "सिद्धसिद्धान्तपद्धति" या आपल्या सुप्रसिद्ध ग्रंथात मांडताना महायोगी श्रीसिद्धगोरक्षनाथ यांनी असे म्हटले आहे की, "तस्माद्गुरुकटाक्षपातात् स्वसंवेद्यतया च महासिद्धयोगिभिः स्वकीयं पिण्डं निरुत्थानानुभवेन समरसं क्रियते इति सिद्धान्तः ।। ५·७ ।। " याचा अर्थ असा की, श्रीगुरू आपली करुणादृष्टी टाकून जेव्हा शक्तिपात करतात तेव्हा आत्मशक्ती कुण्डलिनी जागृत होऊन स्वसंवेद्य पद जाणले जाते. अशा प्रकारे महासिद्ध योगिसाधक मूलाधारस्थ शक्तिजागृतीच्या अनुभवाने आपली आत्मशक्ती क्रमशः विकसित करीत करीत तिचे महाशक्तीत रूपान्तर करतात व शिवस्वरूप होतात. समरसीकरण करणे हाच सिद्धांचा सिद्धान्त आहे. या महासिद्धन्ताचे दृढीकरण करण्यासाठीच ग्रंथकाराने अमरौघयोगाचे म्हणजे राजयोगाचे किंवा सिद्धयोगाचे माहात्म्य ग्रंथाच्या सुरुवातीच्या १ ते १० श्लोकांत कथन करून पुढे विषयानुरोधाने १७, ५४, ६८, ६९ व ७२ या श्लोकांमध्येही ते स्पष्ट केले आहे. हे माहात्म्य कथन करताना " यश्चित्तवृत्तिरहितः स तु राजयोगः ।। ४ ।। " म्हणजे ज्यामध्ये चित्तवृत्तीच नसते किंवा राहत नाही तो राजयोग अर्थात् सिद्धयोग समजावा असे म्हणून शक्तिपातयोगाची जी व्याख्या फलस्वरूपावर भर देऊन केली आहे ती अपूर्व आहे यात शंका नाही. श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी श्रीमद्भगवद्गीतेच्या पाचव्या अध्यायातील २७ व २८ या श्लोकांचा आणि आठव्या अध्यायातील ८ व्या श्लोकाचा जो भावार्थ ज्ञानेश्वरीत स्पष्ट केला आहे तो पाहिला म्हणजे आपल्या परात्पर गुरुमहाराजांच्या उपरोक्त व्याख्येचे स्पष्टीकरणच ते करीत आहेत याची प्रतीती आल्याशिवाय राहत नाही.

" स्पर्शान्कृत्वा बहिर्बाह्यांश्चक्षुश्चैवान्तरे भ्रुवोः । प्राणापानौ समौ कृत्वा नासाभ्यान्तरचारिणौ ॥ श्रीमद्भगवद्गीता ५·२७ ।। यतेन्द्रियमनोबुद्धिर्मुनिर्मोक्षपरायणः । विगतेच्छाभयक्रोधो यः सदा मुक्त एव सः ।। २८ ।। याचा भावार्थ स्पष्ट करताना श्रीज्ञानेश्वरमहाराज म्हणतात, " (सिद्धयोगाचा साधक) वैराग्याच्या साहाय्याने अंतःकरणातील विषयांना बाहेर घालवितो आणि शरीरामध्येच आपले मन एकाग्र होण्यासाठी साधनास बसतो. ज्यावेळी त्याचे साधन सुरू होते त्यावेळी जेथे इडा, पिंगला व सुषुम्ना या तिन्ही नाड्या एकत्र येतात व जेथे भुवयांची टोके येऊन मिळतात त्या आज्ञाचक्रामधून सहजतेने प्राणांचे ऊर्ध्वदिशेने चालन झाल्याने दृष्टीही वर माघारी ब्रह्माण्डामध्ये चलित होते. त्यामुळे उजव्या व डाव्या

नाकपुडीतून म्हणजे इडा-पिंगला नाड्यांमधून वाहणारे व (संसारावर्तन घडविणारे) प्राण व अपान हे वायू सम होतात म्हणजे दोन्ही नाड्यांमधील आपली वक्र गती सोडून ते सुषुम्नेत प्रवेश करतात आणि चित्त म्हणजे चेतनशक्ती कुंडलिनी महाशक्तीत समर्पित अगर विलीन होऊन किंवा मिळून जाऊन आज्ञाचक्रापासून सहस्रारापर्यन्त पसरलेल्या ब्रह्माण्डात किंवा चिदाकाशात अगर मूर्धन्याकाशात सहजतेने आपले आपणच आपोआप जाऊ लागतात. त्यावेळी ज्याप्रमाणे रस्त्यावरून वाहणारे बरे-वाईट असलेले असे सर्व प्रकारचे पाणी घेऊन गंगा समुद्रास जाऊन मिळते, तेव्हा त्यातून हे रस्त्यावरील पाणी व हे गंगेचे पाणी अशी वेगळी निवड करता येत नाही, त्याप्रमाणे जेव्हा वायुस्वरूप कुण्डलिनी शक्ती इतर सर्व शक्तींना आपल्यामध्ये समाविष्ट करून घेऊन मनासकट चिदाकाशात अर्थात् सहस्रारात शिवाशी समरस होऊन आपला आपणच लय करून घेते तेव्हा नाना तऱ्हेच्या विविध वासनांची विवंचना आपोआपच खुंटून नाहीशी होते. अशा प्रकारे ज्या मनोरूप पटावर हे संसाररूपी चित्र उमटत असते तो मनोरूपी पट फाटून जातो म्हणजे मनरूप कुंडलिनी शक्ती सुषुम्नेत शिरल्याने संसार नाहीसा होतो. (सुषुम्नावाहिनी प्राणे शून्ये विशति मानसे । तदा सर्वाणि कर्माणि निर्मूलयति योगवित् ।। हठयोगप्रदीपिका ४·१२ – ज्यावेळी प्राणवायूचा म्हणजे प्राणस्वरूप कुण्डलिनी शक्तीचा प्रवाह सुषुम्नेमध्ये ऊर्ध्वगामी होऊन वाहू लागतो आणि देश, काल व वस्तूच्या परिच्छेदापासून म्हणजे संकुचितपणापासून मुक्त होऊन शक्तिस्वरूप मन शून्यब्रह्मात प्रविष्ट होते त्यावेळी चित्तवृत्तीच्या निरोधाचा ज्ञाता असलेला योगी प्रारब्धासहित संपूर्ण कर्मांचा नाश करतो किंवा तो सर्व कर्मे निर्मूल करतो.) आणि ज्याप्रमाणे सरोवर आटल्यावर त्यात प्रतिबिंब दिसण्याचे थांबते त्याप्रमाणे साधकाचा जीवाभास संपून तो शिवस्वरूप होतो. तसे जर मुद्दल मनच नाहीसे झाले, तर मग तेथे अहंकार इत्यादि कोठून राहणार ? म्हणूनच ब्रह्मस्वरूपाचा अनुभव घेणारा साधक शरीरधारी असतानाच ब्रह्म होतो." (ज्ञानेश्वरी ५.१५१ ते १५७)

"अभ्यासयोगयुक्तेन चेतसा नान्यगामिना । परमं पुरुषं दिव्यं याति पार्थानुचिंतयन् ।। ८·८ ।।" याचा भावार्थ स्पष्ट करताना ते म्हणतात, "याकरिता या सिद्धयोगाच्या अभ्यासाने निरंतर साधनरत राहून चित्त म्हणजे चेतनशक्ती कुंडलिनीची सर्व संसारोन्मुख वक्रता दूर करून तिला चांगली कर म्हणजे सुषुम्नागामी कर. ज्याप्रमाणे पांगळा प्रयत्नबलाने पर्वतही चढून जाऊ शकतो त्याप्रमाणे या सिद्धयोगाच्या अभ्यासामुळे साधक मूलाधारापासून सहस्रारापर्यंत पसरलेला मेरुपर्वत चढून

जाऊन अंतिम सामरस्यात्मक अवस्था प्राप्त करू शकतो. याकरिता सिद्धयोगाच्या सदभ्यासाने म्हणजे प्राण सुषुम्नागामी होण्यासाठी केलेल्या निरंतर साधनाने चेतनशक्ती कुंडलिनीला परमपुरुष शिवाचा छंद लावावा. मग शरीर जावो अथवा राहो. याप्रमाणे अभ्यास केला तर जी चेतनशक्ती मूलाधारात निद्रित अवस्थेत असते म्हणजे संसारोन्मुख राहून अनन्त वासनांच्या उपभोगात रत राहिल्याने वारंवार जन्ममरणरूप संसारचक्रात जीवाला नाना तऱ्हेच्या गती किंवा अवस्था प्राप्त करून देऊन फिरवीत राहते ती या सिद्धयोगाच्या अभ्यासामुळे सुषुम्नागामी झाल्यामुळे आत्म्याला वरील अर्थात् त्याच्याशी समरस किंवा एकरूप होईल. अशी अवस्था प्राप्त झाली की, देह गेला की आहे याची आठवण कोण करील ? नदीच्या ओघाने घो घो करीत समुद्रास जाऊन मिळालेले जे पाणी असते ते मागे काय चालले आहे हे पाहण्याकरिता म्हणून परतते काय ? तर ते परतत नाही. ज्याप्रमाणे ते समुद्रात मिळाल्यावर समुद्रच होऊन राहते त्याप्रमाणे चित्त म्हणजे चेतनशक्ती कुंडलिनी ही चैतन्य अर्थात् शिवस्वरूप झाली की, जन्ममरणांच्या यातायाती सहजच कायमच्या चुकतात आणि एक निरतिशय आनंदघन असे स्वसंवेद्य आत्मरूप चैतन्य विलसत राहते."

अशा प्रकारे सिद्धयोगाचे व तदंतर्गत दीक्षेचे माहात्म्य कथन करताना राजयोग नावाचा हाच एक अमरौघ म्हणजे अमृत प्रदान करणारा अर्थात् सहस्रारात शिवशक्तीचे सामरस्य घडवून आणणारा असा अमरप्रवाहसंपन्न मार्ग आहे, असे प्रतिपादन करून पुढे लगेच हठ, लय, मंत्र इत्यादि पौरुषप्रयत्नावर आधारलेल्या योगात जे प्रवृत्त झाले आहेत त्यांना हा राजयोग अर्थात् सिद्धयोग का व कसा द्यावा ? असा प्रश्नही विचारण्यास महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी कमी केले नाही. (श्लोक १७) मात्र "श्रीमद् गोरक्षनाथ हे सदैव अमरौघप्रवाहात डुंबणारे असले, तरी त्यांनी राजयोग सिद्ध व्हावा म्हणून लय, मंत्र व हठयोगाच्या प्रक्रिया सांगितल्या आहेत" (श्लोक ७२) असे स्वतःच कथन करून ज्यांना शक्तिपाताने आत्मशक्ती कुंडलिनी जागृत करून राजयोगाचे साधन प्राप्त करून देणारे सद्गुरू भेटत नाहीत त्यांना पौरुषप्रयत्नसंपन्न होऊन राजयोगात प्रवेश करता यावा यासाठी जी शास्त्रीय सोय आहे, ती प्रस्तुत केली आहे, हे स्पष्ट केले आहे. त्यात त्यांची पौरुषप्रयत्नसाध्य व सद्गुरुकृपाप्राप्त साधनांचा समन्वय साधण्याची दृष्टी जितकी दृग्गोचर होते तितकीच त्यांची राजयोगावरील आत्यंतिक प्रेमाची दृष्टीही स्पष्ट होते.

अमरौघप्रबोधाचे हे माहात्म्य सांगून झाल्यावर महायोगी श्रीसिद्धगोरक्षनाथ

यांनी सिद्धयोगसाधनामुळे अर्थात् अमर ओघाचा प्रबोध साधक शरीरात उपस्थित झाल्यामुळे जे अमनस्करूप औषध त्याला मिळते तेच कसे श्रेष्ठ आहे हे श्लोक ११·१२ मध्ये स्पष्ट करून पहिला उपसिद्धान्त प्रस्थापित केला आहे. शास्त्रकारांनीही शंकर हा महावैद्य असून तो शक्तीच्या साहाय्याने हे शक्तिपातयोगाचे महौषध संसाररूपी महारोगाचे हरण करण्याकरिता जीवमात्राला देत असतो, हे सांगताना असे म्हटले आहे की--

भिषक्तमं त्वां भिजषां श्रुणोमिति श्रुतेरयम् ।
स्वभक्तसंसारमहारोगहर्ताऽपि शंकरः ॥
शिवोऽपि शक्तियुक्तश्चेत्प्रभुः कार्यायनान्यथा ।
स्वमायया विनेशस्य परस्यानुभवात्मनः ॥
न घटेतार्थसंबंधस्ततो माया परावरा ।
यस्याः प्रभावं प्रवक्तुं शिवाद्या अप्यलं बलम् ॥

शंकर हा महावैद्य आहे असे श्रुतिवचनावरून ऐकले आहे. तो स्वतःच्या भक्तांना (सद्गुरूंच्या शरीराच्या आश्रयाने शक्तिसंक्रमणद्वारा शक्तिपातयोगाचे दिव्यप्रसादरूपी महौषध देऊन) संसाररूपी महारोगाचेही हरण करतो. शिव हा शक्तियुक्त झाल्यावरच कार्य करू शकतो. स्वमायेच्या आश्रयाविना अर्थात् जागृत शक्तीच्या साहाय्याशिवाय परावर अशा शंकराचा अनुभव येत नाही. तसेच क्रियारूप अर्थसंबंधही घडत नाही. जिचा प्रभाव वर्णन करण्यास शिवादि देवसुद्धा असमर्थ आहेत, ती माया म्हणजे आत्मशक्ती अतिशय सामर्थ्यवान् व परावर अशी आहे. श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनीही ज्ञानेश्वरीत "अमृतासम दिव्य औषधी ॥ २·८६ ॥" असे म्हणून सिद्धयोग साधनेचा गौरव केला आहे. या एकमात्र अमृतासारख्या दिव्य औषधीचा वापर केल्याशिवाय जीवाचा मोह, भ्रांती, कल्पना, संभ्रम, अज्ञान, विश्वाभास, जाणीव, मन, अहंकार, षड्रिपू, अष्टपाश इत्यादि कशाचा म्हणून कशाचाही नाश होत नसल्याने "शिष्यऽस्तेहं शाधि मां त्वां प्रपन्नम् ॥ गीता-२·७ ॥" असे म्हणून शरण आलेल्या अर्जुनरूपी साधकाच्या रोगाचे निदान करून भगवान् श्रीगोपाळकृष्णनाथरूपी महामेघाने अत्यन्त सहजतेने कृपामृताचा वर्षाव करून व रोग असाध्य आहे असे पाहताच वैद्य जसा निर्वाणीच्या अमृततुल्य अशा दिव्य औषधीची योजना करतो, त्याप्रमाणे त्यांनी सिद्धयोगाच्या परमामृतरूप औषधीची योजना करून त्याला मुक्त केले. ह्यामुळेच "नष्टो मोहः स्मृतिर्लब्धा त्वत्प्रसादान्मयाच्युत । स्थितोऽस्मि गतसंदेहः ॥ १८·७३ ॥" असे शेवटी

अर्जुनाच्या मुखातून दिव्यौषधींच्या सेवनाने जो दिव्य परिणाम घडून आला त्याचे निदर्शक उद्‌गार बाहेर पडले. श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी श्रीकृष्णांनी अर्जुनाला जी दिव्यौषधी पाजून भवरोगमुक्त केले त्याचे " येवढा जिये सांकडां। कैसा अनुग्रहो पैं गाढा। जे ब्रह्मानन्दु उघडा। भोगवीतसे॥ ज्ञानेश्वरी १८·१५८४॥" असे म्हणून ही अमृतासारखी दिव्य औषधी म्हणजे दुसरे तिसरे काहीही नसून उघडपणे ब्रह्मानन्द भोगविणारा सिद्धयोगाचा गाढा म्हणजे तीव्र अनुग्रह आहे, तीव्रातितीव्र शक्तिपातयोगदीक्षा आहे किंवा शक्तिसंक्रमण आहे हे स्पष्ट केले आहे. येथपर्यंत केलेल्या विवेचनावरून "अमनस्करूपी दिव्यौषधच श्रेष्ठ असून इतर औषधे ही क्षयकारक आहेत," हा ग्रंथकाराचा उपसिद्धान्त उत्तम प्रकारे अंतरंगात ठसेल.

महायोगी श्रीसिद्धगोरक्षनाथ यांनी यानंतर बिन्दू व नाद या दोनच मोठ्या औषधी असून त्या सर्व प्राणिमात्रात विद्यमान असल्याने त्यांचे माहात्म्य व त्या दोन्ही गोष्टी स्वाधीन करण्याची कला गुरुमुखाने जाणून घेतली नाही; तर सर्व प्राणी मृत्युवश होतात, असा दुसरा मौलिक उपसिद्धान्त या अमरौघप्रबोध ग्रंथातील १३व्या श्लोकात प्रस्थापित केला आहे. १४व्या श्लोकात या दोन्ही गोष्टी स्वाधीन करण्याची प्रक्रिया सांगितली असून १५व्या श्लोकात त्यांचे माहात्म्य कथन केले आहे. वास्तविक पाहता हा विषय अत्यंत सूक्ष्म व जटिल असून त्याच्या स्थूलार्थापासून परार्थापर्यंत अनेक कक्षा आहेत. या सर्व कक्षा थोडक्यात सारार्थाने स्पष्ट व्हाव्यात म्हणून म. म. श्रीगोपीनाथ कविराज यांच्या ग्रंथातील काही लेखांच्या आधारे उपरोक्त विषयाचे निर्देशात्मक विवेचन करणे इष्ट ठरेल. "भारतीय संस्कृति और साधना" प्रथम खंड, या ग्रंथातील "तांत्रिक बौद्ध साधना" या लेखात त्यांनी बिन्दुसाधनेबद्दल असे म्हटले आहे की, "तांत्रिक साधनेच्या खूपच दिशा आहेत; मात्र या साधनाचे मुख्य लक्ष्य बिन्दुसिद्धी हेच आहे. बौद्ध तांत्रिक परिभाषेत बिन्दूच बोधिचित्त या नावाने प्रसिद्ध आहे. मनोमयकोषाचा सारांश मन आहे. प्राणमयकोषाचा सारांश प्राण किंवा ओजस् आहे आणि अन्नमयकोषाचा सारांश वीर्य किंवा शुक्रधातू आहे. अज्ञानी जीवाच्या या तीनही गोष्टी चंचल आणि मलिन असतात. साधनाच्या प्रस्थानाच्या भेदानुसार काहीजण मनावर, काहीजण प्राणावर आणि काहीजण बिन्दूवर प्राधान्य आरोपित करतात. अशा प्रकारे अपेक्षित प्राधान्यावरच म्हणजे ज्या गोष्टीला विशेष प्राधान्य दिले आहे त्यावरच योगक्रियेसंबंधी अनुरूप तर्क अवलंबून आहे. क्रियेच्या

प्रभावाने बिन्दूची निर्मलता आणि स्थिरता याची सिद्धी होते. वैदिक युगात ब्रह्मचर्य आणि गृहस्थाश्रमाच्या रहस्यसाधनेमध्ये बिन्दुसाधनेचे स्थानच सर्वोच्च होते. बिन्दूचे शोधन आणि बिन्दूची प्रतिष्ठा हे पहिल्या अशा ब्रह्मचर्याश्रमाचे लक्ष्य होते. त्यावेळी सर्वप्रकारे बिन्दुक्षोभ हा निषिद्ध होता; कारण की अशुद्धबिन्दू क्षुब्ध झाल्यावर प्राकृतिक नियमानुसार अधोगतीकडे उन्मुख होतो. याचेच नाव च्युती किंवा पतन असून त्याचे फल मृत्यू हेच आहे. हा बिन्दू धारण करून जर कोणी तो ऊर्ध्वगामी करू शकला; तर तो साधक अनिवार्यपणे अर्थात् निश्चितपणे अमरत्वप्राप्ती करू शकतो." (पृष्ठ ५५२)

" मरणं बिन्दुपातेन जीवन बिन्दुधारणात् " हा सिद्धान्त सर्वसम्मत आहे. ऊर्ध्वरेता ही अवस्था प्राप्त करण्यासाठी बिन्दू ऊर्ध्वगामी होणे आवश्यक आहे. ऊर्ध्वरेतत्त्वाच्या अवस्थेत मनुष्याचा अंतःस्रोत सदैव ऊर्ध्वगामी राहतो. हीच दिव्य अवस्था आहे. प्राचीन काळी गृहस्थाश्रमात स्वीकारलेल्या धर्मपत्नीबरोबर ही साधना चालत होती. " सस्त्रीको धर्ममाचरेत " या वचनाचे आन्तरिक तात्पर्य हेच आहे. " (पृष्ठ ५५३)

" बिन्दू हा नेहमी पाऱ्याप्रमाणे चंचल राहतो. परन्तु योगबलाने त्याला स्थिर करणे आवश्यक आहे." (पृ. ५५४) " बिन्दूचा उद्बोध आणि कुण्डलिनी शक्तीचे जागरण या दोन्ही गोष्टी म्हणजे वस्तुतः एकच व्यापार आहे." (पृ.५५५)

वरील ग्रंथातील " योग का विषय-परिचय " या लेखात ग्रंथकार ब्रह्मचर्य आणि ऊर्ध्वरेता यासंबंधीची माहिती देताना असे म्हणतात की, " आध्यात्मिक साधनात उन्नती करण्याकरिता ब्रह्मचर्याचे पालन विशेषरूपाने करणे आवश्यक आहे. वैदिक, तान्त्रिक, बौद्ध, जैन आणि निरनिराळ्या देशातील निरनिराळ्या प्रकारच्या धर्मांमध्ये व संप्रदायांमध्येही या गोष्टीची आवश्यकता सांगितली आहे. ज्या ऋषींनी आश्रमचतुष्टयाची व्यवस्था केली होती, त्यांनीही याकरिताच सर्वप्रथम ब्रह्मचर्याला स्थान दिले होते. ब्रह्मचर्याचे पालन केल्याशिवाय कोणत्याही प्रकारचे शारीरिक, मानसिक आणि आध्यामिक बळ एकत्रित होत नाही आणि बळाचा संचय झाल्याशिवाय कोणत्याही कार्यात सिद्धी प्राप्त करण्याची आशा ही खपुष्पासारखी म्हणजे आकाशपुष्पासारखी व्यर्थ आहे. शास्त्रात असे म्हटले आहे की,— " नायमात्मा बलहीनेन लभ्यः । " याकरिता ब्रह्मचर्याशिवाय आत्मप्राप्ती किंवा आत्मोपलब्धी होऊ शकत नाही, यात काहीही संशय नाही.

साधारणपणे लोक वीर्यधारण करण्यालाच ब्रह्मचर्य समजतात. वीर्यधारण करणे हे ब्रह्मचर्याचे एक प्रमुख अंग आहे, यात कसलाही संदेह नाही आणि त्याचा या

अंगाचे सम्यक्‌पणे परिपालन केल्याने इतर अंगेही सहजतेने सिद्ध होतात. जे लोक अष्टांग-मैथुनाचा त्याग करणे म्हणजेच ब्रह्मचर्य होय असे सांगतात, तेही वीर्यरक्षण हे आपले लक्ष्य ठेवून या प्रकारचे लक्षण पक्के करतात. हे परिच्छिन्न किंवा मर्यादित ब्रह्मचर्य योगशास्त्रामध्ये यमाच्या अंतर्गत मानले गेले आहे. बौद्धांनीही शील-संपत्तीमध्ये ब्रह्मचर्याला प्रमुख स्थान दिले आहे. जैन आणि इतर निरनिराळ्या शास्त्रांमध्येही ब्रह्मचर्याला सर्वसाधारणपणे या दृष्टीनेच सर्वात महत्त्वाचे स्थान दिल्याचे दिसून येते. ऋषिप्रणीत धर्मशास्त्र आणि गृह्य व धर्मसूत्र इत्यादि सर्व ठिकाणी ब्रह्मचाऱ्याच्या आदर्श दिनचर्येविषयी खूपशा गोष्टी सांगितल्या आहेत.

ज्या लोकांना ब्रह्मचर्याच्या तत्त्वाचा अभ्यास किंवा शोध करण्याची इच्छा आहे, त्यांनी जर थोडेसे संशोधन केले, तर त्यांच्या हे सहज लक्षात येईल की, बिन्दूचे संरक्षण, संशोधन आणि उद्‌बोधन हे तीनच ब्रह्मचर्याचे खरे उद्देश आहेत. ज्याच्या द्वारा ब्रह्मात किंवा ब्रह्मपथात साधकाचा संचार होत नाही, ते वास्तविक ब्रह्मचर्यच नाही. जे शास्त्रसिद्ध ब्रह्मचर्याने संपन्न आहेत तेच एकमात्र साधक वस्तुतः ब्रह्मपथात संचार, प्रवेश किंवा गमन करू शकतात। कारण की वासना, मिथ्या-संकल्प, इंद्रिय चांचल्य आणि चित्ताची विक्षेप-वृत्ती निवृत्त झाल्यावर विंदूची जी अपेक्षित साम्यावस्था उपस्थित होते, तीच ब्रह्मचर्य प्रतिष्ठेची प्रथम भूमी आहे. बिंदूच्या क्षरणामुळे किंवा पाझरण्यामुळे संसार आणि बिंदूच्या स्थिरतेमुळे अमृतत्त्व अथवा मोक्ष सिद्ध होतो. ज्याप्रमाणे गणितशास्त्रामध्ये वृत्त आणि त्रिकोण इत्यादींच्या केन्द्रालाच बिन्दू असे म्हटल जाते त्याप्रमाणेच देहतत्त्वाचे ज्ञातेलोकही देहाच्या अथवा कोषाच्या केन्द्रालाच बिन्दू असे नाव देतात. अन्नमयकोष किंवा स्थूल-शरीर ज्याच्या आधारावर प्रतिष्ठित किंवा उभे आहे त्यालाच अन्नमयकोषाचा केन्द्र किंवा स्थूल बिन्दू असे म्हटले जाते. याप्रमाणेच ज्या प्राणमय, मनोमय आणि विज्ञानमय कोषाच्या आधारावर सूक्ष्म-शरीर गठित झाले आहे, त्यांच्याही कोषगत केन्द्ररूपात एक एक बिन्दू आहे. वेदान्ताच्या परिभाषेनुसार साधारणपणे आनन्दमय कोषालाच कारणशरीर म्हटले जाते. याचेही केन्द्र आहे आणि ते अमृतबिन्दू या नावाने ओळखले जाते हे सांगण्याची काही आवश्यकता नाही. हे सर्व बिन्दू वास्तविकपणे एकाच महाबिन्दूचे देशगत आणि संस्कारगत असे केवळ भेद आहेत. जोपर्यंत औपाधिक किंवा उपद्रवात्मक भेद शिल्लक राहतो तोपर्यन्त हा भेद अनिवार्य आहे. हा भेद आहे असे मानूनच क्रमाक्रमाने त्याला ओलांडून पलीकडे जाण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. ज्या कारणामुळे बिन्दू क्षरित

होतो ते कारण नाहीसे केल्याशिवाय किंवा थांबविल्याशिवाय बिन्दू स्थिर होणे शक्य किंवा सभव होत नाही; मग त्याची ऊर्ध्वगती होणे ही तर खूपच दूरची गोष्ट आहे. प्रथम स्थिररेता झाल्याशिवाय कोणीही साधक ऊर्ध्वरेता या भूमिकेवर आरोहण करू शकत नाही. ज्या लोकांना अप्राकृत कामबीजाचे रहस्य माहीत आहे आणि ज्यांनी गुरूपदिष्ट प्रणालीनुसार रसतत्त्वाचा सम्यक्‌पणे अभ्यास किंवा मनन केले आहे, त्यांच्या लक्षात ही गोष्ट अगदी सहजतेने येईल. सर्वसाधारण-पणे हठयोगी लोक असे म्हणतात की, बिन्दू स्थिर झाल्यावर प्राणही स्थिर होतात आणि प्राण स्थिर झाले की, बिन्दूही स्थिर झाल्याशिवाय राहू शकत नाही. अशा प्रकारे बिन्दूच्या बरोबर मनाचा आणि मनाच्या बरोबर प्राणाचा परस्पर संबंध आहे हे लक्षात घेतले पाहिजे. या तीन गोष्टींपैकी कोणत्याही एका गोष्टीवर मोठ्या कौशल्याने ताबा मिळविला की, उरलेल्या दोन गोष्टी स्वाधीन करून घेणे सहज शक्य होते. हठयोगाच्या शास्त्रात आणि योगवासिष्ठ, रामायण इत्यादि ग्रंथात यासंबंधी प्रसंगानुसार निरनिराळ्या गोष्टीही लिहिल्या आहेत. शास्त्राचा हा सिद्धान्त अत्यन्त सारगर्भित असा आहे; कारण की, एकच बिन्दू आधारभेदामुळे निरनिराळ्या ठिकाणी निरनिराळ्या रूपाने प्रकाशित झाला आहे, हे आम्ही प्रथमच सांगितले आहे. याकरिता साधकाने जेथे संयम शक्य असेल तेथे तो आपल्या पूर्वसंस्कार व योग्यतेनुसार केला; तर त्यामुळे निरनिराळ्या ठिकाणांच्या विक्षेपांचीही निवृत्ती झाल्याशिवाय राहणार नाही. याप्रमाणे ज्या त्या ठिकाणचे बिन्दूही स्थिरभाव प्राप्त करतात.

डोळे ज्यावेळेला रूप पाहतात, कान ज्यावेळेला शब्द ऐकतात आणि निर-निराळी इन्द्रिये जेव्हा आपले आपले विषय ग्रहण करतात त्यावेळेला वास्तविकपणे देहामध्ये स्थित असलेला बिन्दू क्षरित होऊन त्या त्या स्थानामध्ये विषय-प्रति-भासाच्या रूपात जन्म-ग्रहण करतात. बिन्दूचे क्षरण झाल्याशिवाय विषयग्रहण करणे असंभव आहे. याकरिता जोपर्यंत आपण इन्द्रियांच्या मार्गाने विषय ग्रहण करतो तोपर्यंत तथाकथित रूपाने जरी वीर्यरक्षण केले तरी व्यभिचार होतच राहतो. विषयाचा भेद दूर झाल्यावर जेव्हा सर्वत्रच ब्रह्मसाक्षात्कार होतो तेव्हा व्यभिचार निवृत्त झाला आहे आणि साधक ब्रह्मचर्यामध्ये स्थिर झाला आहे, हे लक्षात घेतले पाहिजे. बिन्दू क्षरित झाल्याशिवाय अखण्ड आणि कूटस्थ ब्रह्मतत्त्व आपल्यासमोर स्वतः प्रकाशित होऊ शकत नाही. याकरिता म्हणून ब्रह्माची अशी एक स्वयं प्रकाश अवस्था आहे की, ज्या अवस्थेमध्ये एकमात्र विशुद्ध चैतन्यच आपल्यासमोर आपणच प्रकाशित असते आणि तीच खरी ब्रह्मचर्याची अवस्था आहे. या अवस्थेमध्ये

बिन्दूचे क्षरण झाले तरी तो सरळमार्गसंपन्न किंवा सरळमार्गगामी होतो. 'अर्थात् असे झाले तरी या कारणामुळे अद्वैतभावात कोणतेही विघ्न उपस्थित होत नाही, भेदाची जाणीवही उत्पन्न होत नाही आणि विषयाची सत्ताही भासमान होत नाही. रहस्यदृष्टीने ही अवस्था ' उपकुर्वाण ब्रह्मचर्याची ' अवस्था आहे. या अवस्थेचे अनुकरण करूनच समाजामध्ये उपकुर्वाण ब्रह्मचर्याची व्यवस्था करण्यात आली आहे. गुणभेदानुसार शुक्ल, रक्त आणि कृष्ण असे उपकुर्वाण ब्रह्मचर्याचे तीन भेद आहेत. येथे त्यांचे समीक्षण करण्याचे कारण नाही. परंतु ज्याला नैष्ठिक ब्रह्मचर्य म्हणतात त्या अवस्थेत बिन्दुक्षरणाचा बिल्कुलच संभव असू शकत नाही. या अवस्थेत बिन्दुक्षरण होत नसल्याकारणाने या निर्गुण ब्रह्मचर्यावस्थेची गणना अव्यक्त भावामध्ये होते. सामाजिकदृष्टीने विवाह न करणे आणि विवाह करून स्वतःच्या पत्नीबरोबर संयमाने राहणे, या दोन्हीही गोष्टी ब्रह्मचर्यस्वरूपच आहेत. परस्त्रीबद्दल चित्तामध्ये जरी यत्किंचितही आसक्ती उत्पन्न झाली तरी ब्रह्मचर्यावस्थेपासून साधकाचे पतन होते; कारण की, चित्ताची ती अवस्था व्यभिचाराच्या अंतर्गतच मानली गेली आहे. आपल्या पत्नीशीच एकनिष्ठ अगर निरत राहिल्यानंतरसुद्धा चित्तसंयमाच्या तारतम्यानुसार गुणभेदामुळे गृहस्थाचे ब्रह्मचर्य सात्त्विक, राजसिक आणि तामसिक अशा तीन प्रकारात मोडते.

बिन्दूचे सम्यक् रीतीने शुद्धीकरण झाल्याशिवाय अन्य क्रिया-कौशल्याच्या द्वारा तो स्थिर केला तरीही त्याच्या ठिकाणी स्थिरता व दृढता येत नाही; कारण की, संस्कारात्मक मलाच्या आकर्षणामुळे उत्पन्न झालेली निर्दिष्ट अशी स्थिती व काल निघून गेल्यानंतर बिन्दू पुन्हा पूर्वीप्रमाणे अधोभागाकडे गतिशील होत जातो. वैदिक आणि तांत्रिक साधनेमध्ये बिन्दूच्या शुद्धीकरणाचे अनेक प्रकारचे उपाय कथन केले गेले आहेत. महायान सम्प्रादायाच्या बौद्धान्तर्गत वज्रयान, मन्त्रयान आणि सहजयानाच्या साधनमार्गात या प्रकारच्या सूक्ष्म व अकृत्रिम उपायांचे वर्णन आढळून येते. हठयोगात आपला विशेष अधिकार प्राप्त करण्यासाठीही बिन्दुस्थिरतेच्या उपायाचे अवलंबन केल्याशिवाय साधकाचे काम चालू शकत नाही. बिन्दू शुद्ध झाल्यावरच तो स्वाभाविकपणे स्थिर होतो. या स्थिरबिन्दूला जर कोणत्या तरी एखाद्या अलौकिक प्रक्रियेद्वारा विक्षुब्ध करता आले तर तो स्वाभाविकपणे ऊर्ध्वदिशेने संचरणशील किंवा गमनयोग्य होतो. बिन्दूची ही ऊर्ध्वगती प्रवुद्ध कुण्डलिनीच्या सहस्राराच्या आकर्षणामुळे उत्पन्न झालेल्या ऊर्ध्वप्रवाहाचे दुसरे नावच आहे. बिन्दू क्रमशः आपला स्थूलभाव सोडून देऊन सूक्ष्म, सूक्ष्मतर आणि सूक्ष्मतम अवस्था प्राप्त करीत जातो आणि शेवटी तो सहस्रदलकमलाच्या कर्णिके-

मध्ये स्थित असलेल्या महाबिन्दूबरोबर एकरूप होऊन मिळून जातो. हाच चित्-चंद्राचा षोडशी कलारूप अमृतबिन्दू आहे. नाभिग्रंथीचा म्हणजे नाभिस्थित ब्रह्मग्रंथीचा भेद करून बिन्दूला ऊर्ध्वस्रोतामध्ये संश्लिष्ट करणे हेच उपनयनाचे किंवा दीक्षेचे खरे रहस्य आहे. नाभिचक्राच्या वर न येता बिन्दू मध्याकर्षण असलेल्या चक्राच्या आत राहणे हेच संसाराचे दुसरे नाव आहे. ब्रह्मचर्याच्या साधनेच्या द्वारा बिन्दूला विषयजगतापासून निराळे करून आणि त्याला पवित्र बनवून ब्रह्म-मार्गामध्यें लावणे हाच संसारापासून मुक्ती प्राप्त करण्याचा एकमात्र उपाय आहे. बिन्दू विक्षुब्ध होऊन ऊर्ध्वमार्गाकडे किंवा ऊर्ध्वदिशेकडे संचारित केल्यावर नादाचा विकास होतो. यामुळे नाभिचक्राच्या वर साधनात जो स्वाभाविक खेळ उपस्थित होतो त्याची नाद आणि ज्योतीच्या रूपाने अनुभूती येते. हीच शब्दब्रह्माच्या संचाराची अवस्था आहे. याच्या नंतर नाद, ज्योती इत्यादींच्या पूर्णतेमुळे ज्या परमश्रेष्ठ भावाचा उदय होतो, तोच निजबोधरूप आत्मज्ञानाचा विकास होय."

"ब्रह्मचर्य धारण केल्याने वीर्याची प्राप्ती होते असे भगवान् पतञ्जलींनी योग-सूत्रात कथन केले आहे. वास्तविकपणे योगसूत्रात ब्रह्मचारी अवस्थेचे वर्णन निराळ्या प्रकाराने श्रद्धेच्या रूपाने केले गेले आहे. ब्रह्मचर्यपालनाने संभूत किंवा संगठित वीर्याची प्राप्ती झाल्यावर देहामध्ये दिव्यतेज अथवा विद्युतशक्तीचा विकास होतो. हे तेज खूप वाढले किंवा अधिक झाले की, त्यामुळे चित्ताची चंचलता नष्ट होते. प्राणांची गती स्थिर होते आणि ध्येयाकडे चित्ताचा एकाग्र झालेला असा प्रवाह उत्पन्न होतो. याचेच दुसरे नाव ध्यान किंवा स्मृती आहे. उपासनेचे हेच स्वरूप आहे. क्रमाक्रमाने या सर्व गोष्टी एकत्रित होत होत चित्ताची समाधिअवस्था उत्पन्न होते. चित्त एकत्रित झाल्यावर ध्येय वस्तू आवरणापासून मुक्त होऊन आपल्या ज्योतीच्या स्वरूपात उज्ज्वलरूपाने उद्भासित आणि प्रकाशित होते. त्यावेळी चित्त नाहीसे होते आणि एकमात्र ध्येयच त्याच्या अनुभवाच्या क्षेत्रात जागरूक राहते. हे ध्येय चित्ताचाच एक आकारविशेष असून ते चित्तापेक्षा दुसरा कोणताही भिन्न प्रकार नाही, हे सांगण्याची आवश्यकताच नाही. या प्रकाशाला प्रज्ञेचा उन्मेष किंवा ज्ञानचक्षूचे उन्मीलन असेही म्हटले जाते. ही प्रज्ञा निरुद्ध झाल्यानंतर ज्या असम्प्रज्ञात समाधीचा उदय होतो त्यालाच वास्तविक योग म्हणणे योग्य आहे. योगाची पूर्णावस्था प्राप्त करण्यासाठी ब्रह्मचर्याची नितान्त आवश्यकता आहे, ही गोष्ट या संक्षिप्त विवरणामुळे वाचकांना बहुतेक समजून येईल असे वाटते." (पृष्ठ ३८९ ते ३९२)

बिंदुसाधनेचे महत्त्व सिद्धयोगाच्या किंवा सहजयोगाच्या दृष्टीने प्रकट

करताना " भारतीय संस्कृति और साधना " खण्ड दुसरा, या ग्रंथातील " सहज-यान और सिद्धमार्ग " या लेखात उपरोक्त लेखकाने असे म्हटले आहे की, " ज्या लोकांना योगपथाची माहिती आहे ते लोक बिन्दुसाधनेच्या द्वारा अन्नमय कोष, प्राण किंवा वायूच्या क्रियांच्या द्वारा प्राणमय कोष, मनाच्या क्रियांच्या बलाने मनोमय कोष आणि विचार व विवेकाच्या द्वारा विज्ञानमय कोष शुद्ध होतात हे जाणत असतात. आनन्दमय कोष हा नित्यशुद्धच आहे; परन्तु अहेतुक भक्ति-योगाच्या द्वारा त्याचा आगंतुक मल दूर करावा लागतो. अशा प्रकारे तीनही देह पूर्णपणे शुद्ध होतात आणि जीव परमार्थलाभाने कृतकृत्य होतो. बिन्दुसाधनाचे फल म्हणून स्थूलदेहाची अपेक्षित शुद्धी झाल्यावर प्राण, मन आणि विज्ञान यांच्या क्रियांमध्ये क्रमशः अधिकार उत्पन्न होतो. वस्तुतः असिद्ध बिन्दूच्या साधकांना प्राणायामाचा अभ्यास करणे हे अत्यंत दुष्कर असे कार्य आहे. सुषुम्नेचे द्वार मोकळे झाल्याशिवाय किंवा उघडल्याशिवाय प्राणवायू इडा आणि पिंगलामार्गाचा त्याग करू शकत नाही. देहशुद्धीच्या अभावामुळेच वायू वक्र राहतो आणि दक्षिण व वामपथ त संचार करतो. ज्यावेळी बिन्दुसाधनेच्या अभ्यासामुळे साधकाचा देहमल दूर होतो, देहामध्ये सात्त्विक तेजाचा प्रादुर्भाव होतो, ओजाचा विकास होतो आणि दृढतेचा उदय होतो तेव्हा बाहेरचे आकर्षण आपले आपणच मंद होत जाते. सुषुम्नामार्ग जेव्हा मोकळा होतो तेव्हा इडादि मार्गांमधून गमनागमन करणारा बाह्य स्थूल वायू शुद्ध व सूक्ष्म होऊन त्या मोकळ्या झालेल्या सूक्ष्ममार्गाने वाहू लागतो. त्या सूक्ष्म आणि निर्मल वायूमध्ये सत्त्वगुणाचा भाग अपेक्षेपेक्षा अधिक असतो. यामुळेच सात्त्विक तेजाने तेजोमय होऊन तो हलका वायू सरळमार्गाने वरखाली संचार करतो, त्याचप्रमाणे ऊर्ध्वगती आणि अधोगतीच्या मध्यात मधून मधून अपेक्षित स्थिरता प्राप्त करतो. हीच सुषुम्नेमधील प्राणाची क्रिया आहे. पूर्वी ज्या अजपाजपाचा उल्लेख केला गेला आहे त्याचेच हा अन्तःप्राणायाम किंवा स्वाभाविक प्राणव्यापार हे स्वरूप आहे. प्राणक्रियेमध्ये अधिक उत्कर्ष प्राप्त केल्या-वर जो बलसंचय होतो त्याच्या प्रभावाने प्राणाचे आवरण थोडे थोडे दूर होऊ लागते. ज्याप्रमाणे थोडा थोडा देहमल दूर झाल्यावर प्राणराज्यात प्रवेश करणे शक्य होते त्याप्रमाणे प्राणाचा मल थोडा थोडा दूर झाल्यावरच मनाचा पत्ता लागतो आणि त्यावेळी प्राणक्रिया स्वाभाविकपणेच मनाच्या क्रियेमध्ये परिणत होते. प्राण जेव्हा स्वाभाविकपणे चलित होऊन कार्य करतो तेव्हा जसा देह स्थिर आणि निश्चल राहतो, त्याप्रमाणेच स्वभावाच्या स्रोतात मन प्रवाहित झाल्या-वर प्राण स्वतःच स्थिर होतात. स्थूलदेहामध्ये इडा आणि पिंगला या नाड्यांमध्ये

जी स्थूल वायूची निःश्वास व प्रश्वासरूप क्रिया आहे, तीच सुषुम्नेमध्ये सूक्ष्म प्राणाची ऊर्ध्वगती आणि अधोगतिरूप क्रिया आहे आणि पुन्हा तीच वज्रानाडी-मधील सूक्ष्म मनाची संकल्प-विकल्परूप क्रिया आहे. स्वभावाच्या प्रेरणेने जेव्हा मनाची क्रिया होऊ लागते तेव्हा मन क्रमाक्रमाने निर्मल होऊ लागते आणि त्याचे आवरण दूर होऊ लागते. त्याचप्रमाणे यावेळी संकल्प-विकल्पात्मक वृत्ती क्रमशः तिरोहित किंवा नाहींशी होऊ लागते. अशा प्रकारे साधनाच्या बलामुळे विकल्पवृत्ती बहुतांशी दबून गेल्यावर चित्रानाडीच्या विकासाबरोबर विज्ञानमय कोष मोकळा होतो. त्यावेळी संकल्प शुद्ध झाल्याने मन स्थिर होते आणि सत्यसंकल्पभावाचा उदय होतो. योग्यांच्या ज्या सर्व योगविभूतींचे वर्णन (वाचावयास) मिळते त्या सर्व या भूमीत उपलब्ध होतात. या अवस्थेत संकल्प कधी कधी राहतो आणि कधी कधी राहत नाही. विज्ञान अथवा संकल्पत्यागाची साधनाच ह्या अवस्थेच्या साधकाची स्वाभाविक साधना आहे. मनोमय भूमीत जे द्वंद्व संकल्प आणि विकल्पाच्या रूपात प्रकाशित होते, तेच शुद्ध संकल्पमय विज्ञानभूमीत संकल्पाच्या आविर्भाव आणि तिरोभावाच्या रूपात प्रकट होते. ही जरी निर्विकल्प अवस्था असली तरीही ती निःसंकल्प अवस्था नाही. यानन्तर त्या आविर्भावाच्या आणि तिरोभावाच्या पुनःपुन्हा होणाऱ्या आवर्तनामुळे चित्तातील संकल्पाची सत्ता बिलकुल मिटून जाते. मग मात्र संकल्प पुन्हा कधीही उत्पन्न होत नाही. संकल्पच ज्ञान आणि इच्छा आहे; मात्र त्याची निवृत्ती म्हणजे परमानन्द आहे. तो आनन्दमय कोषाच्या ब्रह्मनालाच्या मध्यात उपलब्ध होतो. यानंतर जी अवस्था प्राप्त होते ती वस्तुतः अवस्था नाही. तो ' स्वभाव ' किंवा ' सहज ' आहे. तो अव्यक्त आहे. परमार्थाच्या दृष्टीने तो आनन्दाच्याही पलीकडे आहे. योगी या सहज किंवा स्वभावाची प्राप्ती व्हावी म्हणूनच प्रयत्न करतात. यासंबंधी असे म्हटले आहे की, " दुर्लभा सहजावस्था सद्गुरोः करुणां विना । " वेदान्ताचा पंचकोषविवेक, तंत्राचा चक्रभेद, पातंजलमताचा अष्टांग योगाभ्यास, बौद्धांचा ' अनुपूर्वविहार मूलतः एकाच मार्गाचे प्रकारभेदमात्र आहेत. " (पृ. २८८, २८९)

येथपर्यन्त बिन्दुसाधनेचा विचार केल्यावर आता नादसाधनेचा विचार करू. " तान्त्रिक वाङ्मय में शाक्तदृष्टि " या ग्रंथातील " नादतत्त्व " या लेखात उपरोक्त लेखकाने नादासंबंधी असे म्हटले आहे की, " आत्मस्वरूपात पुन्हा प्रतिष्ठित होण्याकरिता शास्त्रामध्ये जितक्या उपायांचे वर्णन केले आहे त्यामध्ये नादसाधना किंवा नादानुसन्धान याची उत्कृष्ट उपायात गणना केली आहे. महात्म्यांनी नादाच्या माहात्म्याचे मुक्तकण्ठाने वर्णन केले आहे. प्राचीनकाली वाग्योग मुमुक्षू-

कडून आश्रयणीय म्हणजे पौरुषप्रयत्नसंपन्न अशा सर्व उपायांपेक्षा नादसाधना हा सरळ राजमार्ग मानला जात होता. त्यानन्तरच्या कालात सन्तांनी "सुरत-शब्दयोग" असे नाव देऊन आणि कीर्तनाच्या महिम्याची घोषणा करून मनाला स्थिर करण्याचे साधन प्राप्त व्हावे व मूढचित्ताला बोध व्हावा म्हणून नादाचा अत्यंत मोठा उपयोग आहे, याचा स्वीकार केला. योग आणि तान्त्रिक साधने-मधील मंत्रजपात सर्वाधिक महिमा नादाचाच आहे हे स्पष्ट होते." (पृष्ठ २९२)

"सद्गुरूंनी दिलेले नाम चैतन्ययुक्त झाले आणि साधकाचे हृदय जर शुद्ध झाले, तर हे नाम आपोआप अंतरंगात चालत राहते. प्रयत्न किंवा अभ्यास करून या नामाचा जप करावा लागत नाही. या आतून चाललेल्या नामाचे एकाग्रभावाने श्रवण केले पाहिजे. साधकाच्या सुदीर्घकालीन अभ्यासामुळे आणि विशेषतः श्रद्धाभक्तीच्या प्रभावामुळे सर्वसाधारणपणाने एखाद्या जपाचे अनुष्ठान केले तरीही तो या प्रकारच्या अवस्थेत परिणत होतो. हा मंत्रचैतन्याचा पूर्वाभास आहे. या अवस्थेचा उदय झाल्यावर स्वभावाची धारा प्रकट झाल्या कारणाने पुरुषाकाराची अर्थात् पौरुषप्रयत्नाची किंवा बाह्य आलंबनाची आवश्यकता क्रमशः कमी होते. तत्त्वविश्लेषण केले असता हे लक्षात येते की, मनुष्य जितक्या प्रमाणात कर्तृत्वाच्या अभिमानाने बांधलेला आहे आणि पूर्वसंस्कार व फलाकांक्षा यांच्या द्वारा संकुचित झाला आहे, बरोबर तितक्याच प्रमाणात त्याच्या प्राणाची क्रियाही चैतन्याच्या स्वाभाविक गतीपासून वंचित राहते. त्यावेळी त्याचे प्राण वक्रगतियुक्त राहत असल्यामुळे ते इडा आणि पिंगला या नाड्यांचे अवलंबन करून क्रिया करतात. विधिपूर्वक साधनाचे अनुष्ठान झाल्यावर प्राण आणि अपान यांचे विरुद्ध प्रवाह क्रमशः साम्यता प्राप्त करतात आणि ती समशक्ती सुप्त कुण्डलिनीच्या जागरणामुळे मध्यनाडी सुषुम्नेत प्रविष्ट होऊन सरळ गतीने वरच्या बाजूला संचालित होत राहते. प्राणाच्या बरोबर मनही क्रमाक्रमाने सूक्ष्म आणि निर्मल होऊन त्याला ऊर्ध्वगतीचा लाभ होतो. कुण्डलिनीच्या प्रबोधनामुळे अर्थात् जागरणामुळे प्राण आणि मन यांना एकाच वेळी संस्काराचा लाभ होतो. कुण्डलिनी म्हणजे शब्द-मातृका आहे. बिन्दू किंवा विशुद्ध सत्त्व हे याचेच दुसरे नाव आहे. मन आणि वायू ऊर्ध्वमुखाने संचार करू लागले की, त्याच्या बरोबर कुण्डलिनी शक्तीही क्षुब्ध होऊन नादाचे रूप धारण करीत ऊर्ध्वगतीने वरच्या बाजूला वाहू लागते. नादाचे अधिष्ठान सुषुम्णा आहे. ही (नादात्मक कुण्डलिनी) अधःशक्तीच्या द्वारा उत्थित होऊन आणि मूलाधारापासून जागृत होऊन प्राणात्मिका ऊर्ध्वशक्तीच्या द्वारा समग्र जगताचा आणि त्या त्या भूमिकेचे

अधिष्ठानरूप असलेल्या कारणवर्गाचा भेद करून त्या सुषुम्णानाडीच्या वरच्या भागातून जाते आणि ब्रह्मरन्ध्रात शान्त होऊन सर्व भूतमात्रात चैतन्यरूपाने स्वतःला प्रकट करते. वास्तविकपणे नादान्ताचे स्थान ब्रह्मरन्ध्राच्या थोडेसे वर आहे. तेथेच हा नाद लीन होऊन सर्व प्राणिमात्रांच्या हृदयात स्फुरित होतो. हा नाद अव्यक्त ध्वनी किंवा अचल अक्षरमात्र असा आहे." (पृ. २९७, २९८)

"वास्तविकपणे अनाहतनाद अभिव्यक्त होण्यापूर्वी इडा आणि पिंगला यांच्या क्रिया मंद झाल्या की, त्याच्या बरोबरच नाना प्रकारचे श्रुतिमधुर नाद ऐकू येतात. मन, प्राण आणि कुण्डलिनी शक्तीचे जेव्हा संयुक्तरूपाने सूक्ष्म आणि सूक्ष्मतर नाडीमार्गात संचरण होते तेव्हा त्यामुळे सर्व आनन्ददायक ध्वनी श्रुतिगोचर होतात. हे सर्व ध्वनी निरनिराळ्या स्तरांवरून उदित होतात आणि त्यांची संख्या जरी अगणित असली तरीही सर्वसाधारणपणे नऊ प्रकारात त्यांचे विभाजन केले जाते. या सर्व ध्वनींमधील कितीतरी ध्वनी अनाहतनादाशी मिळतेजुळते असले तरी वास्तविकपणे ते अनाहतनाद नाहीत असे तत्त्वविद् ज्ञानी लोकांचे म्हणणे आहे. याकरिता या सर्वांचा त्याग करून वास्तविकपणे जो खरा अनाहत ध्वनी किंवा परमनाद आहे त्याचा आश्रय करणे आवश्यक आहे. दुसऱ्या दृष्टीने असे होणे शक्य आहे की, ते सर्व मधुर ध्वनी ऐकता ऐकता अकस्मात् गुरुकृपेमुळे अनाहतनाद श्रवणगोचर होतो. त्यावेळी सर्व अवान्तर ध्वनी ऐकू येण्याचे बन्द होते; कारण की, त्यावेळी मन अनाहतनादात लीन झालेले असते. याबरोबरच विशुद्ध चैतन्याच्या प्रकाशाचे द्वारही उघडले जाते." (पृष्ठ २९८)

"अ–उ–म यांच्या रूपात प्रणवाचा अथवा ॐकाराचा जो उच्चार होतो तोच वर्ण उच्चार होय. हा जो वर्ण उच्चार आहे त्याची अनुभूती थोडेसे जरी अन्तर्मुख झाले तरी सर्वसाधारण व्यक्तीलाही होऊ शकते. ही नादाची स्थूल अनुभूती आहे. कुण्डलिनी शक्ती प्रबुद्ध किंवा जागृत झाल्यावर थोड्याफार प्रमाणात सर्व लोक ही अनुभूती घेऊ शकतात. हे प्रथमच सांगितले आहे की, मन आणि प्राण एकत्रित होऊन जागृत कुण्डलिनी शक्तीशी समरस होऊन मध्यनाडीत प्रवेश करताच अनन्त प्रकारच्या विचित्रतेने युक्त असलेल्या स्थूल नादाचा अनुभव येऊ लागतो. साधारणपणे दहा प्रकारच्या ध्वनींचे वर्णन पाहावयास मिळते. त्यांचेही नाना प्रकारचे भेद आहेत. त्यातील नऊ ध्वनींना सोडून देऊन दहावा ध्वनी ऐकत राहण्यासंबंधीचे शास्त्रांचे विधान आहे. ते सर्व क्रमशः अधिकतर सूक्ष्म आहेत. सुषुम्नानाडी हीच ब्रह्मनाडी आहे हे सत्य आहे; परन्तु जोपर्यन्त तिच्याशी सम्बद्ध असलेल्या अन्य नाड्यांचे योगसूत्र विच्छिन्न होत नाही तोपर्यन्त ही नाडी वास्तविकपणे ब्रह्मनाडी-

पदवाच्य होऊ शकत नाही. वज्रा, चित्रिणी इत्यादि नाड्या ब्रह्मनाडीचाच पूर्वाभास आहेत. या नाड्यांच्या संयोगामुळे किंवा मिलाफामुळे मन, वायू आणि कुण्डलिनी यांचा संचार भिन्न भिन्न मार्गाने होतो. व्यक्तिगत आन्तर प्रकृतीच्या भेदामुळे असे होते. यामुळेच स्थूल नादाचे वैचित्र्य किंवा निरनिराळा स्थूल नाद उत्पन्न होतो. नादाच्या बरोबर ज्योतीचा सम्बन्ध आहे. नादाच्या भिन्नतेनुरूप ज्योतीमध्येही भिन्नता होत राहते. ज्यामध्ये कोणताही रंग राहत नाही आणि जी शुभ्र प्रकाश किंवा अवर्ण प्रकाशासारखी आहे तीच विशुद्ध ज्योती होय. त्याचप्रमाणे ज्याच्यामध्ये स्वरगत, मात्रागत आणि गुणगत असे कोणतेही विभाग नाहीत तोच विशुद्ध नाद होय." (पृष्ठ ३०४)

"परन्तु याच्यातही क्रम आहे. अविच्छिन्न नादाचा उदय मध्यमा वाणी सूचित करतो. वैखरी वाणीत साधकाची अभिमानमूलक कण्ठक्रिया राहते; परन्तु मध्यमेचा उदय झाल्यावर बहुतेककरून कण्ठ रुद्ध होतो अथवा कण्ठाचा रोध होऊ लागतो. एका बाजूने ज्या प्रमाणात कण्ठद्वार निरुद्ध होत जाते त्या प्रमाणातच दुसऱ्या बाजूने मध्यनाडीचे अधोद्वार क्रमशः अधिक उन्मीलित होत राहते आणि क्रमाक्रमाने अधिक प्रमाणात प्राण, मन आणि कुण्डलिनी ह्या तीनही गोष्टी सूक्ष्मभाव धारण करीत जातात. त्याचप्रमाणे क्रमाक्रमाने दृष्टीची अंतर्मुखता वाढत राहते. याचे फल म्हणून अविद्याच्छन्न हृदयाकाश निर्मल होण्याबरोबरच ते प्रकाशितही होते. चित्तातून वासनेचा काळेपणा किंवा धुके दूर होते. अन्तराकाश निर्मल होण्याबरोबरच हृदयसरोवरात असलेले भावरूपी कमल उमलून ते उर्ध्वमुख होते. अनाहतनादाचे इतर सूचक असे सर्व अवान्तर नाद नाडीशोधन, भूतशोधन आणि चित्तशोधनाचे कार्य करतात. परन्तु या अवस्थेतही सर्वसाधारपणे स्थिररूपाने ज्योतीचे दर्शन होत नाही; मात्र तमोहरणरूप ज्योतीचे कार्य अबाधगतीने चालत राहते. तमोनिवृत्तीच्या बरोबरच इतर सर्व अवान्तर ध्वनी क्षीणापासून क्षीणतर होत राहतात. त्यानन्तर अशा एका स्थितीचा उदय होतो की, जेव्हा स्वच्छ अशा बाह्य आकाशातील सूर्यमंडलाच्या उदयाच्या तोलामोलाचे ज्योतीचे मंडल विशुद्ध अन्तराकाशात स्पष्टरूपाने भासमान होते. ही क्रिया किंवा हा व्यापार क्रमिकही होऊ शकतो अथवा क्रमाविना एका क्षणातही होऊ शकतो. मध्यमा ओलांडून तिच्या पलीकडील पश्यन्ती अवस्थेमध्ये होणाऱ्या वाणीच्या संचाराचे हे लक्षण आहे. पूर्ण पश्यन्ती अवस्थेचा उदय झाल्यावर पूर्वोक्त सर्व नादध्वनी राहिले तरीही जणू काही ते पुन्हा राहत नाहीत अर्थात् त्यावेळी पुन्हा ते श्रुतिगोचर होत नाहीत; कारण की, त्यावेळी मन उपरम अर्थात् शांत झालेले असते. हीच मन्त्रात्मक इष्ट-

देवतेच्या साक्षात्काराची अवस्था आहे आणि हीच षोडशकलाविशिष्ट आत्म्याच्या षोडशी अथवा अमृतकलेच्या अभिव्यक्तींची सूचना आहे. या अवस्थेत आत्म्याचा अधिकार निवृत्त होतो; कारण की भोग आणि मोक्ष हे दोन्हींही पुरुषार्थ त्यावेळी सिद्ध झालेले असतात. तिन्ही वाणी येथे शांत होतात किंवा लय पावतात हे लक्षात घेतले पाहिजे. ज्योतिष्मती प्रवृत्ती जशी शेवटी अस्मितेत उत्कर्ष प्राप्त करून घेते त्याप्रमाणेच ज्योतिर्दर्शनही क्रमशः आपल्या सत्तासाक्षात्कारामध्ये पर्यवसित होते. वैखरीत शब्द आणि अर्थ यांच्यामध्ये परस्परात भेद किंवा अंतर राहते, मध्यमेमध्ये या दोहोंत भेदही राहतो व त्याबरोबरच अभेदही राहतो; परन्तु पश्यन्तीमध्ये शब्द आणि अर्थ यांच्यामध्ये परस्परात बिलकुल भेद राहत नाही. त्यावेळी एकमात्र अभेदच विराजमान राहतो अर्थात् पश्यन्ती अवस्थेमध्ये शब्द आणि अर्थ हे अभिन्न होऊन जातात. याचेच नाव मन्त्रसाक्षात्कार आहे. याच्या नंतर सर्व विकल्प शांत झाल्यावर जेव्हा पूर्ण अहन्तेचा विकास होतो तेव्हा परावाणीचा आत्मप्रकाश झाला आहे हे लक्षात घेतले पाहिजे. ही परावाणीच परमेश्वराची परमशक्ती असून ती त्याच्यापासून अभिन्न आहे. तिचे स्वरूप नित्योदित आहे आणि त्यामुळे या स्थानातच जीवाला आपला शिवभाव पुन्हा प्राप्त होतो. पश्यन्तीमध्ये अखण्ड ज्योतिर्मण्डलाचे दर्शन होते. चिदाकाशात या ज्योतिर्मण्डलाचा भेद करणे शक्य झाल्यावर स्वयंप्रकाश निजस्वरूप विकसित होते. त्यावेळी मग आकाश राहत नाही. त्याचप्रमाणे चिदाकाशही राहत नाही. आपल्या ठिकाणीच आपले स्वरूप विकसित होते. याकरिता 'स्वे महिम्नि" असे उपनिषदांनी म्हटले आहे. "ज्योतिरभ्यन्तरे रूपमचिन्त्यं श्यामसुन्दरम् ।" याचेच नाव ज्योतिभेदामुळे होणारी स्वरूपप्राप्ती असे आहे. पश्यन्तीची जी पृष्ठभूमी आहे तीच परा आहे. दृष्टिकोणाच्या भेदामुळे कोणीकोणी परेला विशुद्ध आत्मस्वरूपाची शक्ती मानतात तर त्याचप्रमाणे कोणीकोणी त्याचा भेद करणे यातच मानवजीवनाची श्रेष्ठतम सार्थकता आहे असा विश्वास बाळगतात. या दुसऱ्या मतात परावाणी हीच शब्दरूपाने सूर्यमण्डलात असून तिचा भेद करून आत्मस्वरूपात स्थिर होणे हे महाज्ञानाचे यथार्थ फळ आहे." (पृ. २९८, २८९)

बिन्दू आणि नाद यांचे सामरस्यात्मक असे सारूप रहस्य प्रकट करताना "तान्त्रिक वाङ्मयमें शाक्तदृष्टि" या ग्रंथातील "अद्वयतत्त्व के प्रकार-भेद" या लेखात उपरोक्त लेखकाने असे म्हटले आहे की, "गुरुभक्तीच्या उन्मेषानंतर (कुण्डलिनी शक्तीची अमरौघप्रबोधरूप) जी निरन्तर धारा उपस्थित होते ती बिन्दू, प्राण आणि मन यांची सम्मिलित धारा असते, हे लक्षात घेतले पाहिजे.

गुरुशक्ती ही अभिन्न आणि अभिन्नतेची साधक आहे. भेदामध्ये अभेदाची प्रतिष्ठा तिच्या द्वाराच होते. बिन्दू, प्राण आणि मन भिन्न आहेत आणि ते भिन्नभिन्न धारांमधून प्रवाहित होतात हे खरे असले; तरीही गुरुशक्तीच्या प्रभावामुळे क्रमाक्रमाने त्यांच्यामधील भेद नाहीसा होतो आणि या तीनही धारा क्रमशः एकमेकात मिसळून शेवटी एका अभिन्न धारेमध्ये परिणत होतात." (पृ. ७०).

"बिन्दू स्वभावतःच साधारण रूपातही निरन्तर क्षरणशील असतो. या कारणामुळेच तो "अक्षर" या पदाला पोहचू शकत नाही. बिन्दू क्षरित होऊन (विभाजित झाल्याने) खण्ड खण्ड वर्णरूपाने प्रकट होत राहतो. परन्तु हे सर्व वर्ण परस्पर मिसळून एक आकार धारण करू शकत नाहीत. वर्णांच्या संयोग-वियोगामुळेच पद, वाक्य आणि भाषेची उत्पत्ती होते. जर निरनिराळे वर्ण विलीन होऊन त्यांनी एक रूप ग्रहण किंवा धारण केले, तर त्यापासून पद-वाक्यादि काहीही होऊ शकणार नाही. मग त्यावेळी जे काही राहील, तो फक्त ऊर्ध्व-प्रवाहशील असा नादरूपी शब्दच असेल. वर्णसमूहामुळे आमच्या व्यावहारिक विकल्पज्ञानाचा उदय होतो. त्यामुळे नादभावाच्या अभिव्यक्तीबरोबरच परमार्थ-ज्ञानाचा मार्ग मोकळा होतो. गुरुशक्तीच्या उन्मेषानन्तर नादविकासाच्या वेळी ही ऊर्ध्वगती लक्षित किंवा सूचित होते. हेच यथार्थ ब्रह्मचर्य आहे. या अवस्थेत गुरुशक्ती ही अन्तःप्रवाहरूप फल्गुप्रमाणे कार्य करते. हीच अक्षर-भावाच्या प्राप्तीची धारा आहे. बाहेर आपाततः किंवा अकस्मात् अगर अचानक प्रतीयमान होणारे किंवा जाणवणारे क्षरण होत असतानाही आतील अक्षरभाव क्रमशः अधिकतर स्पष्ट होऊन उद्भासित होतो. प्राणाच्या श्वासरूपी धारेचाही हीच गोष्ट आहे. गुरुशक्तीची प्राप्ती होण्यापूर्वी श्वास निरन्तर खण्डितच असतो. परन्तु गुरुशक्तीच्या प्राप्तीनन्तर त्याच्यामध्ये अविच्छिन्नता येते; कारण की, बाह्य-दृष्टीने श्वासाची अन्तर्गती आणि बाह्यगती अशा दोन गती असल्या, तरी दोन्ही एकाच प्रवाहाच्या रूपात उपलब्ध होतात. ही उपलब्धी क्रमाक्रमाने व्यापक रूपात परिणत होते आणि गतीची अविच्छिन्नता सिद्ध झाल्यानन्तर वक्रताही निवृत्त होते. अशा प्रकारे सरळगतीच्या प्राप्ती बरोबरच बिन्दू आणि ब्रह्म यांच्यातील भेद मिटून जातो." (पृष्ठ ७०, ७१)

महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी यानंतर अमरौघप्रबोध ग्रंथातील श्लोक १८ ते २३ पर्यन्त साधकांचे चार प्रकार कोणते हे सांगून २४ व्या श्लोकात कोणत्या प्रकारच्या साधकास कोणत्या प्रकारचा योग सांगावा हे स्पष्ट करून, तिसरा उपसिद्धान्त प्रस्थापित केला आहे. सद्गुरूंनी अधिकारभेदाने शिष्याला

साधन सांगितले पाहिजे. मात्र जर असा व्यापार घडला नाही तर कार्यसिद्धी होऊ शकत नाही हे श्रीसंततुकाराममहाराज यांच्या पुढील अभंगातून फार उत्तम-रीतीने स्पष्ट झाले आहे. ते म्हणतात–

अधिकार तैसा करूं उपदेश । साहे ओझें त्यास तेंचि द्यावें ॥१॥
मुंगीवरी भार गजाचे पाळण । घालितां ते कोण कार्यसिद्धि ॥२॥
तुका म्हणे फांसे वाघुरा कुऱ्हाडी । प्रसंगीं तो काढी पारधि तो ॥३॥

ज्याप्रमाणे सद्गुरूंच्या तारतम्याचा विचार येथे स्पष्ट झाला आहे त्याप्रमाणे शिष्याने दीर्घकाल, निरंतर आणि मोठ्या सत्काराने अर्थात् श्रद्धेने साधन केले पाहिजे हा विचारही या उपसिद्धान्तात अनुस्यूत आहे. हा विचार श्रीसंततुकाराम-महाराजांच्या पुढील अभंगात मोठ्या मार्मिकतेने स्पष्ट झाला आहे. ते म्हणतात–

अधिकार तैसा दावियेला मार्ग । चालतां हें मग कळों येतें ॥१॥
जाळूं नये नाव पावलेनि पार । मागील आधार बहुतांचा ॥२॥
तुका म्हणे रोग वैद्याचे अंगीं । नाहीं करीं जगीं उपकार ॥३॥

महायोगी श्रीसिद्धगोरक्षनाथ यांनी अमरौघप्रबोध ग्रंथातील २५ ते २८ पर्यन्तच्या श्लोकांत मंत्र व लय योगांचा उल्लेख करून नंतर २९ ते ४३ पर्यन्तच्या श्लोकांत हठयोगांतर्गत महामुद्रा, महाबंध व महावेध या तीन महत्त्वाच्या क्रिया कथन करून या सर्व योगमार्गांचे व क्रियांचे ध्येय आत्मशक्ती कुण्डलिनी जागृत करणे हेच आहे, हा चवथा महत्त्वाचा उपसिद्धान्त प्रस्थापित केला आहे. या उपसिद्धान्तात अधिकारभिन्नतेप्रमाणे उच्चतर किंवा श्रेष्ठ अशा अपौरुषप्रयत्नसंपन्न साधनालंबनापासून तो पौरुषप्रयत्नसंपन्न किंवा विविध हठ, मंत्र, लयादि योगांतर्गत क्रियांच्या आलंबनापर्यन्त जो सूक्ष्म विचार अंतर्निहित झाला आहे त्याचा गाभा "तांत्रिक वाङ्मय में शाक्तदृष्टि" या ग्रंथातील "नादतत्त्व" या लेखात म. म. श्रीगोपीनाथ कविराज यांनी पुढीलप्रमाणे स्पष्ट केला आहे. ते म्हणतात, "आत्मा निर्विकल्प, प्रकाशात्मक, स्वातन्त्र्यमय आणि शिवस्वरूप आहे. तो नित्य, शुद्ध, बुद्ध आणि मुक्त आहे. परंतु जीव जरी परम स्वरूपामध्ये शिवमय असला तरीही पतित दशेमध्ये तो आपले पर स्वरूप आणि केवल-चिद्रूप अपर स्वरूप ही दोन्ही विसरून जातो. केवळ एवढेच नव्हे; तर तो अनात्म वस्तूला आत्मा मानून त्यावर अहंभावाचा आरोप करतो आणि तदनुसार कर्मसंपादनपूर्वक सुखदुःखरूपाने त्याची फळे भोगतो. हे त्याचे मायाधीन सांसारिक जीवन आहे."(पृ. २९२)

" जोपर्यंत अशुद्ध विकल्पांची शुद्धी होत नाही तोपर्यंत आत्मा आपल्या निजस्वरूपाच्या स्थितीचा लाभ करू शकत नाही आणि त्याचे स्वाभाविक

ऐश्वर्यही विकासित होत नाही. परन्तु ही अशुद्ध व विकल्पयुक्त आत्म्याची स्थिती सर्वांकरिता एकसारखी असत नाही. असे आत्मे आहेत की, जे विकल्पयुक्त असूनही अत्यन्त उच्च अधिकारसंपन्न आहेत. या लोकांना नियमादींचे पालन करून कोणत्याही विशिष्ट साधनपद्धतीचे अनुसरण करावे लागत नाही. या व्यक्ती मंत्र पूजा, ध्यान, चर्या, इत्यादि कोणत्याही नियंत्रणाच्या अधीन राहत नाहीत. हे सर्व, जण भगवन्ताचा अतितीव्र अनुग्रह प्राप्त झालेले महापुरुष आहेत. यांना आत्म-स्वरूपात समावेश प्राप्त करण्यासाठी इतर कोणत्याही उपायाची अपेक्षा राहत नाही. वेळ आल्यावर आतूनच यांचे स्वाभाविक विवेकज्ञान उत्पन्न होत असल्याने त्यांना हे ज्ञात होते की, स्वप्रकाश शिवरूपी आत्म्याला प्रकाशित करण्याचे सामर्थ्य कोणत्याही साधनात किंवा उपायात नाही. अशा प्रकारच्या विवेक उत्पन्न झाल्या-कारणाने ते एका क्षणात क्रमविरहित रूपाने शिवावेश प्राप्त करतात. त्यांच्या संबंधीच्या विवेचनाचा प्रकार काही अंशी अशा प्रकारचा आहे. एकमात्र चिदात्मक अपरिच्छिन्न तत्त्व आहे. देश, काल, उपाधी, आकार, शब्द आणि प्रमाण इत्यादि गोष्टी त्या तत्त्वाला थोड्याशासुद्धा स्पर्श करू शकत नाहीत. हे तत्त्व अन्य-निरपेक्ष असल्याने स्वतंत्र आणि आनन्दघन आहे. केवळ एवढेच नव्हे; तर ह्या लोकांना आतूनच असा अनुभव येतो की, हे तत्त्वच त्यांचे निजस्वरूप आहे. यातील प्रत्येकजणच 'अहम्' च्या रूपाने हे तत्त्व उपलब्ध करून घेतात आणि समग्र विश्व या 'अहम्' मध्ये प्रतिबिंबाप्रमाणे भासमान झाले आहे असे पाहतात." (पृ. २९२, २९३)

"या सर्व महापुरुषांपेक्षा थोड्या खालच्या स्तरांमध्ये असे काही आत्मे आहेत की, जे पूर्वोक्त आत्मवर्गाच्या तुलनेने अखण्ड-मण्डलरूप महाप्रकाशामध्ये स्वतः प्रवेश करू शकत नाहीत हे खरे आहे; परन्तु आत्मस्वरूपापासून अभिन्न असलेल्या स्वातंत्र्यशक्तीचा उपायाच्या स्वरूपात आश्रय करून कोणत्याही प्रकारच्या आयासाशिवाय त्यात प्रविष्ट होतात आणि कोणत्याही पृथक् उपायाच्या अव-लम्बनाची त्यांना आवश्यकता राहत नाही. हे लोकही विधि-निषेधाच्या पलीकडे आणि मंत्र, पूजा, ध्यान, चर्या इत्यादि सर्व नियंत्रणापासून मुक्त असतात." (पृ. २९२, २९३)

"मात्र जे आत्मे आणखीनच खालच्या स्तरावर आहेत त्यांचा अधिकार आणखीनच संकुचित असतो. पूर्वीच्या स्तरामध्ये विकल्पसंस्कारात क्रम राहत नाही; कारण तो एका क्षणातच पूर्ण होऊन जातो. परंतु निम्न स्तरामध्ये क्रम राहतो आणि त्याचे नाव भावना असे आहे. मात्र भावनेपूर्वी प्रथम सत्तर्क, सद्-आगम आणि सद्गुरूच्या उपदेशाची आवश्यकता राहते. वर्तमान क्षेत्रात शुद्ध

विकल्पांच्या द्वारा अशुद्ध विकल्पांचे संस्कारकार्य पूर्ण करावे लागते. अनादि कालापासून प्रत्येक जीवाच्या हृदयामध्ये "मी बद्ध आहे" या प्रकारची जी धारणा बद्धमूल आहे तोच अशुद्ध विकल्प आहे आणि त्यापासूनच संसार उत्पन्न होतो.

भगवन्ताची अनुग्रहशक्ती तीव्रमात्रेने संचारित झाल्यावर सद्आगम इत्यादि क्रमाचे अवलम्बन केल्यामुळे विकल्प शुद्ध होतात आणि परतत्त्वप्रवेशाचा लाभ होतो. परतत्त्व हा शुद्ध विकल्पांचाही विषय नाही. शुद्ध विकल्पांमुळे अशुद्ध द्वैतवासना निवृत्त होते; मात्र परतत्त्वाचे प्रकाशन होण्यासाठी त्याचे काही कारण असत नाही. परतत्त्व सर्वत्र सर्वरूपाने असल्यामुळे ते स्वप्रकाश आहे. विकल्पांचा कोणत्याही प्रकारचा प्रभाव त्याच्यावर पडत नाही. शक्तिपात अत्यन्त अधिक झाल्यावर आपला आपणच हृदयामध्ये आपोआप सत्तर्काचा उदय होतो. याचे सर्वसाधारणपणे "दैवी दीक्षा" या नावाने वर्णन केले जाते. शक्तिपाताची मात्रा अपेक्षेपेक्षा कमी झाली तर साक्षात् स्वरूपात सत्तर्काचा उदय होत नाही हे सत्य आहे; परन्तु आगमाचा आश्रय केल्यावर सत्तर्काचा उदय होतो. आगमाचे जे निरूपण करतात ते गुरू आहेत. आगम शंकाहीन सजातीय विकल्पात्मक आहे. त्यामुळे समुचित विकल्प उत्पन्न होतात हे सर्व विकल्प विशुद्ध विकल्प आहेत. त्यांचा अविच्छिन्न प्रवाह हेच सत्तार्काचे स्वरूप आहे. प्रचलित भाषेमध्ये ज्याला भावना असे म्हटले जाते ती या सत्तर्काचीच धारामात्र आहे. जो भूतार्थ अस्फुट असल्यामुळे नसल्यासारखाच विद्यमान राहतो तोही या सत्तार्काच्याद्वारा परिस्फुट होतो. हाच वास्तविकपणे शुद्ध विद्येचा प्रकाश होय आणि हेच योगाचे एकमात्र अंग आहे. हेच साक्षात् योगांग आहे. मात्र इतर निरनिराळी योगांगे ही अल्पाधिक प्रमाणात व्यवधानयुक्त आहेत." (पृ. २९४)

"परन्तु ज्या साधकांची आधारगत योग्यता आणखीनच कमी असते त्यांच्या मलिन विकल्पांच्या शुद्धीसाठी शुद्ध विकल्प पुरेसे ठरत नाहीत. त्यांच्या शुद्धीसाठी साहाय्यभूत व्हावेत म्हणून जीवसत्तेच्या दृष्टीने कोणत्या ना कोणत्या तरी उपायाचे अवलम्बन करणे आवश्यक ठरते. या सर्व उपायांचेच सर्वसाधारणपणे जीवाचे साधन म्हणून वर्णन केले जाते. ही सर्व साधने भिन्नभिन्न प्रकारची असू शकतात. त्यातील तीन साधने प्रमुख आहेत.

१. पहिले साधन ध्यानरूप आहे. हे बुद्धीचे कार्य आहे. बुद्धीचा असाधारण धर्म अनुसन्धान हे आहे.

२. दुसरे स्थूलदृष्ट्या उच्चारणात्मक आणि सूक्ष्मदृष्ट्या वर्णात्मक आहे. हे प्राणाचे कार्य आहे. हाच प्राणाचा असाधारण धर्म आहे

३. तिसरे करण, मुद्रादि क्रियात्मक आहे. ते देह, इन्द्रिय इत्यादींचे व्यापार आहेत. इन्द्रिय, विषय, प्राण इत्यादि सर्वांचे पिण्डरूपामध्ये ऐक्यभावाने राहणे हाच देहाचा विशिष्ट धर्म आहे.

जे उपाय देहाच्याही बाहेर आहेत ते अत्यन्त स्थूल उपाय आहेत. येथे त्यांचे विवरण करण्याचे कारण नाही.

जे लोक बुद्धीच्या स्तरामध्ये अभिमान ठेवतात त्यांचथासाठी ध्यानच सर्वश्रेष्ठ उपाय आहे. जे साधक प्राणमय भूमीत अधिष्ठित आहेत त्यांच्यासाठी उच्चारणच प्रधान उपाय आहे. ज्या साधकांचा देहात्मभाव अत्यन्त प्रबल आहे त्यांच्यासाठी करण, मुद्रा, आसन इत्यादि उपाय विकल्प शांत करण्यासाठी अधिक उपयोगी पडतात. परन्तु या सर्वांचा पृष्ठदेश जी शून्यभूमी आहे तिच्यामध्ये साधनाचा कोणताच उपयोग होत नाही." (पृष्ठ २९४, २९५)

यानंतर महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी अमरौघप्रबोध ग्रंथात ४४ व्या श्लोकात साधन करताना साधकाने योगाच्या नियमांचे पालन करणे आवश्यक आहे हे सांगून सिद्धयोग किंवा सहजयोग साधनात साधनसंपत्तीच्या समुच्चयाची अनिवार्यता आहे, हा पाचवा मौलिक उपसिद्धान्त प्रस्थापित केला आहे. श्रीज्ञानेश्वर-महाराजांनी ज्ञानेश्वरीत- " आतां आत्मप्रभा नीच नवी। तेचि करूनि ठाणदिवी। जो इंद्रियांतें चोरूनि जेवी। तयासीचि फावे ।। ६.२३ ।।, परी हे तरीच घडे। जरी संयमाचीं अखंडें। सर्वद्वारीं कवाडें। कळासती ।। ८.११२ ।।, हें सर्वस्व आमुचें गूढ। परि दाविलें तुज उघड। आतां इंद्रियां देऊनि कवाड। हृदयीं भोगी ।। ९.१३५ ।।" आणि "हा दंशु जंव नये हातां। तंव माझे साचोकारपण पार्था। न संपडे गा सर्वथा। जेविं तुषीं कणु ।। १३६ ।।" या सिद्धान्ताचा साररूपाने निर्देश केला आहे. श्रीसंततुकाराममहाराजांच्या पुढील अभंगातूनही उपरोक्त सिद्धान्त फार उत्तमरीतीने स्पष्ट झाल्याचे दृष्टोत्पत्तीस येते. ते म्हणतात-

साधकाची दशा उदास असावी। उपाधि नसावी अंतर्बाहीं ।।१।।
लोलुप्यता काय निद्रेसी जिंकावें। भोजन करावें परिमित ।।२।।
एकांतीं लोकांती स्त्रियांशीं भाषण। प्राण केल्या जाण बोलों नये ।।३।।
संग सज्जनांचा उच्चार नामाचा। घोष कीर्तनाचा अहर्निशीं ।।४।।
तुका म्हणे ऐशा साधनीं जो राहे। तोचि ज्ञान लाहे गुरुकृपा ।।५।।
(२४६३)

× × ×

निर्वाहापुरतें अन्न आच्छादन । आश्रमासी स्थान कोंपी गुहा ॥१॥
कोठेंही चित्तासी नसावें बंधन । हृदयीं नारायण सांठवावा ॥२॥
नये बोलो फार बैसों जनामधीं । सावधान बुद्धी इंद्रियें दमीं ॥३॥
तुका म्हणे घडी घडीनें साधावी । त्रिगुणांची गोवी उगवूनि ॥४॥
(२४६४)

× × ×

तरी कां नेणते होते मागें ऋषी । तिहीं या जनासी दुराविलें ॥१॥
वोळगती जया अष्ट महासिद्धी । ते या जनबुद्धी नातळती ॥२॥
कंदमुळें पाला धातूच्या पोषणा । खाती वास राना तरी केला ॥३॥
लावुनियां नेत्र उगेचि बैसले । न बोलत ठेले मौन्यमुद्रे ॥४॥
तुका म्हणे ऐसें करी माझ्या चित्ता । दुरावीं अनंता जन दूरी ॥५॥
(८८८)

× × ×

झाडें वोरपोनि खाऊनियां पाला । आठवी विठ्ठला वेळोवेळां ॥१॥
वल्कलें नेसूनि चिंधीया वेढूनां । सांडी जथळुनी देहाभिमान ॥२॥
लोकमान वमनासमान मानणें । एकांतीं राहणें विठोसाठीं ॥३॥
सहसा करू नये प्रपंचीं सौजन्य । सेवावें अरण्य एकांतवास ॥४॥
ऐसा हा निर्धार करी जो मनाचा । तुका म्हणे त्याचा पांग फिटे ॥५॥
(२२४८)

× × ×

इतुकें करीं भलत्या परी । परद्रव्य परनारी ।
सांडुनी अभिलाष अंतरी । वर्ते वेव्हारी सुखरूप ॥१॥
न करी दंभाचा सायास । शांती राहे बहुवस ।
जिव्हे सेवीं सुगंधरस । न करीं आळस रामनामीं ॥२॥
जनमित्र होई सकळांचा । अशुभ न बोलावी वाचा ।
संग न धरी दुर्जनांचा । करी संतांचा सायास ॥३॥
करिसी देवाविण आस । अवघी होईल निरास ।
तृष्णा वाढविसी बहुवस । कधीं सुखास न पवसी ॥४॥
धरूनी विश्वास करी धीर । करितां देव हाच निर्धार ।
तयाचा वाहे योगक्षेमभार । नाहीं अंतपार तुका म्हणे ॥५॥
(४४२)

महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी यानन्तर अमरौघप्रबोध या ग्रंथात श्लोक ४५ ते ५३ पर्यंत योगांतर्गत नादाच्या चार अवस्थांचे वर्णन करून शेवटी त्यांची परिणती राजयोगात किंवा सिद्धयोगात कशी होते व त्यामुळे राजयोग कसा श्रेष्ठ आहे, हे कथन करून सहावा महत्त्वाचा उपसिद्धांत प्रस्थापित केला आहे. या संबंधीचे सर्व स्पष्टीकरण मूळ श्लोकावरील विवरणात केले आहे.

यानन्तर महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी अमरौघप्रबोध ग्रंथात श्लोक ५६ ते ६३ पर्यंत पिण्डाच्या रचनेचा थोडक्यात विचार प्रस्तुत करून शरीरातील सर्व पोकळ्यांमधून चेतनवस्तू भरलेली आहे हे सांगून अष्टौप्रहर अभ्यासाने साधकाची आत्मशक्ती कुण्डलिनी जागृत होऊन ब्रह्मांडातील सहस्रारात त्याची गती होते आणि तेथे शिवसमानता लाभल्याने तो परिपूर्ण होतो, असा सातवा मौलिक उपसिद्धांत मांडला आहे. यालाच पिण्डब्रह्माण्डाच्या संहारणीचे रहस्य म्हणतात. "तेवीं पिंडाचेनि मिषें । पदीं पद प्रवेशे । तें एकत्व होय तैसें । पंडुकुमरा ॥ ६·३०८॥" असे म्हणून हे पिण्डब्रह्माण्डाच्या संहारणीचे रहस्य श्रीज्ञानेश्वर-महाराजांनी सर्व ज्ञानेश्वरीत नानाविध शब्दांच्या अवगुंठनात गुंफून मांडले आहे. हा सर्व विषय मोठा जटिल असून तो "ज्ञानेश्वरी : सिद्धयोग दर्शन" या ग्रंथातील तिसऱ्या प्रकरणातील "पिण्डब्रह्माण्डाच्या संहारणीचे रहस्य" या सातव्या मुद्याचे स्पष्टीकरण करताना पृ. १६७ वर स्पष्ट केला आहे. जिज्ञासू साधक-वाचकांनी तो मुळातूनच वाचावा.

यानंतर महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी अमरौघप्रबोध या ग्रंथातील ६६ व ७४ या श्लोकांमध्ये अनुभूतीच श्रेष्ठ आहे, असा आठवा मौलिक उपसिद्धांत मांडला आहे. यादृष्टीने श्रीसमर्थ रामदास्वामीमहाराज यांच्या "दासबोधातील" पुढील ओव्या मनन करण्यासारख्या आहेत ते म्हणतात—

जितुकें अनुमानाचें बोलणें । तितुकें वमनप्राय त्यागणें ।
निश्चयात्मक तेंचि बोलणे । प्रत्ययाचें ॥९·५·२९॥
उगीच बोलणें अनुमानाचें । अनुमानाचें कोण्या कामाचें ।
येथें सगट विचाराचें । काम नाहीं ॥२०·७·२९॥
प्रचीतीवीण जे ज्ञान । तें अवघेंचि अनुमान ।
तेथें कैंचें परत्रसाधन । प्राणियांसी ॥१४·७·१८॥
जें प्रचीतीस आलें खरें । तेंचि घ्यावें अत्यादरें ।
अनुभवावीण जीं उत्तरें । तीं फलकटें जाणावीं ॥१८·५·२१॥

प्रचीतीवीण जें केलें । तें अवघें व्यर्थ गेलें ।
प्राणी कष्टकष्टोंचि मेले । कर्मकचाटें ॥१८·८·२०॥
अवघी भ्रांतीची ठकाठकी । प्रचीतीवीण गोष्टी लटकी ।
वेड लागले जे वटकी । तो भलतेंचि बोले ॥१७·४·२९॥
प्रत्ययें ज्ञाता सावधान । याचें ऐकावें निरूपण ।
आत्मसाक्षात्काराची खूण । तात्काळ बाणे ॥१७·४·३०॥
ग्रंथाचें करावें स्तवन । स्तवनाचें काय प्रयोजन ।
येथें प्रत्ययासी कारण । प्रत्ययो पाहावा ॥२०·१०·३३॥

शेवटी महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी अमरौघप्रबोध या ग्रंथात " प्रोद्भिन्ने ब्रह्मरन्ध्रे जयति शिवशिवा सङ्गमः कोऽप्यपूर्वः ॥ १६ ॥" असे म्हणून शिवशक्तीचे सामरस्य हीच राजयोगाची किंवा सिद्धयोगाची अंतिम फलनिष्पत्ती आहे, असा नवथा मौलिक उपसिद्धान्तात्मक महासिद्धान्त प्रस्थापित केला आहे. पुढे याच ग्रंथात " आनन्दपूरितो योगी जायते शिवसन्निभः ॥ ६४ ॥ " असे म्हणून हाच उपरोक्त सिद्धान्त प्रस्थापित करून ६५, ७० व ७१ व्या श्लोकात या सिद्धान्ताचे व तदंतर्गत अमरौघप्रबोधाचे आणि सिद्धयोगाचे महत्त्व वर्णन केले आहे. श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनीही " तैसें होय तिये मेळीं । मग सामरस्याचिया राउळीं । महासुखाची दिवाळी । जगेंसि दिसे ॥ ६·३८९ ॥ " असे ज्ञानेश्वरीत म्हणून सिद्धयोग साधनाच्या फलनिष्पत्तिरूप महारत्नाचा अपूर्व पैलू प्रकट केला आहे. पुढे त्यांनी " अर्जुना समत्व चित्ताचें । तेंचि सार जाणें योगाचें । जेथ मन आणि बुद्धीचें ऐक्य आथी ॥ २·२७३ ॥ "-असे म्हणून सामरस्य हे सर्व योगाचे सार असल्याचे सांगून " ऐसें समरसें मंथन केलें । तेथ झडकरी काजा आलें । जें उज्जीवन जाहलें । ज्ञानाग्नीचें ॥ ४·१३२ ॥ " या दृष्टीने सामरस्य ही " मग प्रगटला सूक्ष्मु । विस्फुलिंगु ॥ ४·१३३ ॥ " या पद्धतीने उपस्थित होणाऱ्या अंतर्यागाची सुरुवात असून " पाठीं प्राणक्रिये सुवेनिशीं । पूर्णाहुती पडली हुताशीं । तेथ अवभृत समरसीं सहजें जहालें ॥ ४·१३७ ॥ " या न्यायाने सामरस्य हीच अंतिम स्थिती किंवा सिद्धी आहे, हे स्पष्ट केले आहे. या अंतिम लक्ष्याच्या प्राप्तीसाठीच किंवा लक्ष्यभेदासाठीच " ऐसे साम्यचि एक उपासिजे ॥ ६·४०९ ॥ " व " जे साम्यापरौती जगीं । प्राप्ति नाहीं ॥६·४१०॥ " असे भगवान् श्रीगोपालकृष्णनाथांनी अर्जुनाला आवर्जून सांगितले आहे. हे सांगण्याचे सर्वात महत्त्वाचे कारण असे आहे की, सामरस्य ही सिद्धयोग साधनातील पराकोटीची उच्च अवस्था असून :" आतां हृदय

हें आपुलें । चौफाळूनियां भलें । वरी बैसऊं पाउलें । सद्गुरूंचीं ॥ १५·१ ॥" या रीतीने आज्ञाचक्रात सुरू केलेल्या सद्गुरूंच्या पादुकांची पूजा ही सहस्रारातील सद्गुरूंच्या शिवशक्तियुक्त असलेल्या परापादुकांच्या समरसात्मक पूजनाने पूर्ण होत असल्याने "सामरस्यें पोटाळूं । निरंतर ॥१५·७॥" असा त्याचा निर्देश करून आणि "तया चक्रवाकांचे मिथुन । सामरस्याचें समाधान । भोगवी जो चिद्गगन । भुवनदिवा ॥ १६·६ ॥" असे म्हणून सद्गुरुनाथांच्या दीक्षेने सिद्ध होणाऱ्या अंतिम फलनिष्पत्तीच्या कार्याच्या अर्थात् जीवशिवाच्या ऐक्याचा सिद्धान्त सामरस्य या एका शब्दात सामाविलेला असून, ज्यावेळी शक्तीच्या रूपाने संकुचित झालेला जीव विभू बनून सहस्रारातील शिवाशी एकरूप होतो, त्यावेळी सहस्रारातील राउळात महासुखाची जी दिवाळी होते, ती एकमेवाद्वितीय असते हे निःसंशय होय. हे स्पष्ट केल आहे. "एवं हि द्वंद्वजालस्य सयोगो योग उच्यते ॥ १·६८ ॥" असे "योगशिखोपनिषदात" म्हटले असल्याने या सामरस्यावस्थेत सर्व प्रकारच्या द्वंद्वांचे समरसीकरण होत असल्याने व सर्व प्रकारची दुःखे या अवस्थेत संपुष्टात येत असल्याने साधकाला परमोत्कट असे सुख प्राप्त होते. ही अवस्था प्राप्त झाली की, साधकाचा सिद्ध होत असल्याने अथवा हा साधकच योगिश्रेष्ठ झाल्याने उपरोक्त उपनिषदातच पुढे असे म्हटले आहे की, "तदा समरसं भावं यो जानाति स योगवित् ॥ ६·३७ ॥"

सारांश "तथा अक्षराआतील भावो । पावधीन मी तुमचा ठावो । आइका म्हणे केशवो । वामनाचा ॥" या न्यायाने अमरौघप्रबोध या ग्रंथाचा अर्थ, विवरणात्मक टीका व विस्तृत प्रस्तावना पूर्ण झाली. "फोडूनि शब्दांचे अंतर । वस्तु दाखवी निजसार । तोचि सद्गुरु माहेर । अनाथांचे ॥ ५·२·१५ दासबोध ॥" या श्रीसमर्थ रामदासस्वामीमहाराजांच्या म्हणण्याप्रमाणे हा टीका ग्रंथ श्रीसद्गुरुनाथमहाराजांच्या कृपेचे वैभव आहे, हे नितांत सत्य आहे. कुण्डलिनी शक्तीचे उत्थापन अर्थात् अमरौघप्रबोध हा मूर्धन्य महासिद्धान्त व तदंगभूत नऊ उपसिद्धान्त हे या ग्रंथाचे स्वरूप असून सिद्धयोगाचे साधन करणाऱ्या साधकांना शब्दरूप गुरुस्वरूपाने मार्गदर्शन करणारा हा एक अमोलिक, अपूर्व व अलौकिक असा ग्रंथ आहे.

सिद्धयोग हे ब्रह्मविद्येचे बीज आहे. अविद्येचा अंधार नाहीसा करण्यासाठी ही विद्या अमरौघप्रबोधाच्या रूपाने श्रीसद्गुरुनाथांच्या कृपेने प्रकाशित होत आहे. शक्तिपातयोगशास्त्र म्हणजे शुद्धबोधाचा उल्हास आहे. मत्सर सोडून या शास्त्राच्या

अर्थाचा सर्व संतांच्या व पंथांच्या सारस्वताच्या प्रांगणात शिरून विचार केला पाहिजे. हे शास्त्र म्हणजे एक महान् आश्चर्य आहे. या शास्त्राचा अनादर कधीही करता कामा नये.

सत्सिष्यांच्या करिता या शास्त्राची रचना महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी केली आहे. दिवा हातात असला म्हणजे चालणाऱ्यांचे पाय घसरत नाहीत. त्याचप्रमाणे आडमार्गातील लोकांनाही या शास्त्राच्या प्रकाशात शुद्धमार्ग दृष्टीस पडतो. अत्यन्त सावधानतेने जो पुरुष या शास्त्राचा अभ्यास करतो तो आपल्या आयुष्यातच आपल्या भगवत्तेची अनुभूती घेऊन कृतार्थ होतो. यापेक्षा दुसरे कोणते मोठे आश्चर्य असू शकेल !

इत्यलम् । श्रीगुरुचरणी नित्य व अखंड अगत्य ठेवून त्यांच्या चरणस्मरणाने जीवन धन्य करावे ही प्रार्थना.

केशव रामचंद्र जोशी

॥ श्रीगुरुः शरणम् ॥

ॐ श्रीमदमृतमूर्तये शिववामनाय नमः

महायोगी श्रीगोरक्षनाथसिद्ध विरचित

अमरौघप्रबोध



ॐ नमोऽस्त्वादिनाथाय मीननाथाय वै नमः ।
नमश्चौरङ्गिनाथाय सिद्धबुद्धाय धीमते ॥ १ ॥

अर्थ :- श्रीआदिनाथास नमस्कार असो. श्रीमीननाथास नमस्कार असो. सिद्धबुद्ध अशा बुद्धिमान् श्रीचौरंगीनाथाला माझे नमस्कार असोत.

लयादिप्रतिपन्नानां कलहोत्सुकचेतसाम् ।
गोरक्षकेण कथितः प्रबोध–प्रत्ययात्मकः ॥ २ ॥

अर्थ :- लययोगादिकांचे ज्ञान असलेले आणि माझाच (मंत्रालयादि) योग श्रेष्ठ आहे असे म्हणून वादविवाद करणारे जे योगिजन आहेत त्यांना श्रीगोरक्षनाथांनी प्रकर्षाने बोध करणारा असा ज्ञानरूपाचा आणि प्रत्ययात्मक म्हणजे अनुभवस्वरूपाचा एक महत्त्वाचा योग सांगितला आहे.

लययोगो हठश्चैव मंत्रयोगस्तृतीयकः ।
चतुर्थो राजयोगश्च द्विधाभवविवर्जितः ॥ ३ ॥

अर्थ :- (पहिला) लययोग, (दुसरा) हठयोग व तिसरा मंत्रयोग आहे. चवथा राजयोग होय. या राजयोगात द्वैतभावाचे विलीनीकरण होते.

यच्चित्तसन्ततलयः स लयः प्रदिष्टः ।
यस्तु प्रभञ्जनविधानरतो हठस्सः ।
यो मन्त्रमूर्तिवशगः स तु मन्त्रयोगः ।
यश्चित्तवृत्तिरहितः स तु राजयोगः ॥ ४ ॥

अर्थ :– ज्यामध्ये चित्ताचा सारखा लय होत असतो त्याला लययोग म्हणतात, ज्यात वायूच्या रेचक, पूरक व कुंभकादि क्रियांवर भर असतो तो हठयोग होय, ज्यात मंत्रावरच सर्व भर असतो तो मंत्रयोग होय आणि ज्यामध्ये चित्तवृत्तीच नसते तो राजयोग समजावा.

ओषध्योऽध्यात्मकश्चेति राजयोगो द्विधा क्वचित् ।
हठोऽपि द्विविधः क्वापि वायुबिन्दुनिषेवणात् ॥ ५ ॥

अर्थ :– काही ठिकाणी राजयोग दोन प्रकारचा आहे असे सांगितले आहे. विशिष्ट औषधिद्रव्याच्या सेवनादि कर्मामुळे चित्तवृत्तिराहित्य होणे हा पहिला प्रकार होय. आत्मविचार दृढ होणे अर्थात् आपणच ब्रह्म आहोत असे आत्मज्ञान पुरेपूर अंगी बाणणे हा दुसरा प्रकार होय हठयोगही दोन प्रकारचा आहे असेही कोठे-तरी सांगितले आहे. वायुसेवनाचा अर्थात् प्राणायामाचा अभ्यास करणे हा पहिला प्रकार होय. बिन्दुजयाचा म्हणजे ऊर्ध्वरेती होण्याचा अभ्यास करून मस्तकस्थ अमृतबिन्दूचे सेवन करणे हा दुसरा प्रकार होय.

विवरण :– राजयोग हा आत्मानात्मविचारदृष्ट्या उत्तम व मध्यम अधिकारी साधकाकरिता आणि औषधिद्रव्यसेवनदृष्ट्या कनिष्ठ अधिकारी साधकाकरिता, असा द्विविध प्रकारचा, कसा आहे, हे श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी "अनुभवामृतात" पुढील तीन ओव्यांतून स्पष्ट केले आहे. या ओव्या व त्याबरोबरच श्रीनिरंजन रघुनाथ यांनी त्यावर लिहिलेली "अनुभवामृत-पद-बोधिनीतील" टीका पाहिली म्हणजे महायोगी श्रीगोरक्षनाथांचे म्हणणे अधिक स्पष्ट होईल.

ऐसी हे अविद्या नाशावी । ऐसें कवणु वाहेल जीवीं ।
तेणें साली काढावी । आकाशाची ॥ ६·४८ ॥

"आतां साधन चतुष्टयसंपन्न जन्मजन्मान्तरीं भगवदाराधन करीत आलेले जिज्ञासु जे ते प्रार्थना करितात, हे जगद्गुरु श्रीज्ञानेश्वर, तुम्हीं सांगितलें जे अविद्या नाहींच हें ठीकचि आहे। अविद्या ब्रह्मीं नाहीं, परमात्मस्वरूपीं नाहीं, आणि तुम्हा-सारिखे ज्ञानी जे त्यांसहि नाहीं परंतु हे अविद्या पिशाचिनी आमचे बोकांडीं बसून जन्ममरणाचीं भ्रमणें करविती ऐसें वाटतें. जैसें पिशाच दिसत नाहीं, आणि लोकही त्यातें मिथ्या म्हणतात, परंतु ज्यास लागतें त्यास पीडा होती. तैसी हे अविद्या दिसत नाहीं, आणि तुम्ही मिथ्या म्हणतां म्हणून युक्तीनें आम्हांसही मिथ्या वाटती. परंतु आमचा देहाभिमान आणि विषयासक्ति सुटत नाहीं, यासि उपाय सांगावा ही

आमची प्रार्थना. आतां दयाळ श्रीज्ञानेश्वर साधनें करून प्रत्यक्ष ब्रह्मानुभूति होऊन ब्रह्माविषयी जी मूळ अविद्या तिचा नाश करण्याचा उपाय संज्ञादृष्टान्तेंकरून ब्रह्म-जिज्ञासूस सांगतात —

सत् म्हणतां येत नाहीं, असत् म्हणतां येत नाहीं, सदसत् उभयरूपा म्हणतां येत नाहीं, ऐसी जे अनिर्वचनीय मूल अविद्या. जी शास्त्राध्ययनानें आणि शाब्दिक परोक्षज्ञानानें नाशातें पावत नाहीं ऐसी ही आहे परंतु जीवातें दुःख देती ती नाशातें पावथावी हे कोण्ही वाहेल जीवीं, म्हणजे संसारदुःख त्रिविध तापें-करून संतप्तशिर जाला आणि बंधनिवृत्ति कधीं होईल ऐसें जिवेंभावें स्मरतो; ऐसा तीव्र जिज्ञासु जो येणें आकाशाची साल काढावी । ती कैसी साल काढावी म्हणाल, तरि श्रवण करा, सांगतों जैसें पूर्वसिद्ध आकाश जें त्यातें पोटीं घेऊन कर्दळी जे ते पुढ बांधिती; तैसें आकाश म्हणजे काशतीत्याकाशः प्रकाशरूप आकाश, चिदाकाश, पूर्वसिद्ध निराकार ब्रह्म जें त्यातें एकांशी अवच्छेद करणारी अनेक शक्तिरूपा कर्दळी तीच कोण्ही एक साल, चिच्छक्ति प्रकृति माया आणि महदादि सर्व प्रपंच, हे संपूर्ण सोपटें विवेकाचे हस्तें काढावीं. मग अवशिष्ट राहील निरुपाधिक ब्रह्म, तेव्हां अविद्या नाशातें पावली ऐसें जाणावें हा भाव. अहो, हे उत्तम अधिकारियासि प्राप्तीचें लक्षण सांगितलें, आतां मध्यम अधिकारी जो येणें काय करावें ? त्यास उपाय सांगतात.

तेणें सेली गळा दुहावी । गुडघा वास पाहावी ।
वालौनि कांचरी करावी । सांजवेलेची ॥ ६.४९ ॥

मध्यम अधिकारी जिज्ञासु जो तेणें सेळी, अजा लोहित शुक्लकृष्णमाया ते कधीं जन्मली नाहीं म्हणून अजा होय; तिचे अधोभागाचे त्वंपद-तत्पद वाच्यार्थ हेचि कोण्हीएक दोन स्तन होत, त्यातें टाकून गळ्यापासील सर्वज्ञत्व किंचिज्ञत्व लक्षणेकरून युक्त असे जे लक्ष्यार्थ हेचि कोण्हीएक गळा स्तन होत, ज्याचें महावाक्याचे ठायीं वर्णन आहे; अस्तु त्यातें दुहून, शोधून सर्वज्ञत्व-किंचिज्ञत्व-उपाधिविवर्जित केवळ ब्रह्म जे तें स्वत्वें करून अनुभवावें, म्हणजे अविद्येचा नाश होईल. द्विरेफा सारिखी लक्षित लक्षणा होय. अहो हे केवल ब्रह्मवस्तु जे ते कशानें अनुभवावी ? यासि उत्तर. जैसें स्वतः वोझें उचलतेवेळेस गुढग्याचा टेंका देतात, तैसा संसार वोझ्यास गुढघा, टेका जो द्रष्टा तेणें संसारदृष्टीतें सोडोनी निजदृष्टीनें वास पाहावी, म्हणजे आपलें वसतें स्थान ब्रह्मवस्तु जें त्यातें पाहावें. अहो, विषयवासना सुटत नाहीं तेणें काय करावे ? यासि उत्तर जैसा वासनवेल वरचेवर फाटे फुटून लांबत जातो, तैसी

अनादि जे वासना हेचि कोण्हीएक सांजवेळ, भयंकर संध्याकाळची वेळा तीतें विवेके उपटून पर अपर वैराग्याने वाळवून कांचरी करावी, नाशातें पाववावी हा भाव अहो कनिष्ठ अधिकारी जो येणें मनोनाश वासना-क्षयार्थ योगाभ्यासही केला, परन्तु संकल्परहित मन होत नाही. तेणें काय करावें? यासि योगशास्त्रप्रकरणीं वनस्पतिकल्प आहे तो सांगतात—

जांभई वांटुनि रसु । तेणें काढावा बहुवसु ।
कालौनि आलसु । मोदला पाजावा ॥ ७० ॥

जांभई म्हणजे जांभूलवर्ण आहेत बोंडें जे तें जीचीं असी जे गोरखमुंडी ती वाटून बहुवसु, पुष्कळ रस काढावा, आणि आळस, अळशी आणि जवस म्हणताहेत, ज्यास त्याचे पिष्ट त्या रसांत कालवून मातीचे मोधळ्यासारखा हा पार्थिव देह जो त्यातें पाजावा, म्हणजे मन जें तें संकल्परहित होईल."

आता हठयोग हा वायू व बिन्दूच्या अभ्यासाच्या दृष्टीने बाह्यतः द्विविध कसा आहे व अंतरतः ही द्विविधता एकरूप कशी आहे, हे "हठयोगप्रदीपिकेत" श्रीस्वात्मारामयोगीन्द्रांनी पुढील श्लोकात स्पष्ट केले असून या श्लोकावरील श्रीयुत ब्रह्मानन्दविरचित जोत्स्नाभिध संस्कृत टीका पाहिली की, महायोगी श्रीगोरक्षनाथांच्या कथनातील मर्म लक्षात येईल.

यावन्नैव प्रविशति चरन्मारुतो मध्यमार्गे ।
यावद्बिंदुर्न भवति दृढप्राणवातप्रबंधात् ॥
यावद्ध्याने सहजसदृशं जायते नैव तत्त्वं ।
तावज्ज्ञानं वदति तदिदं दंभमिथ्याप्रलापः ॥ ४.११४ ॥

अयोगिनां ज्ञानं निराकुर्वन्योगिनामेव ज्ञानं भवतीत्याह–यावदिति । मध्यमार्गे सुषुम्नायां चरन् गच्छन् मारुतः प्राणवायुः यावत् यावत्कालपर्यन्तं न प्रविशति प्रकर्षेण ब्रह्मरन्ध्रपर्यन्तं विशति ब्रह्मरन्ध्रं गतस्य स्थैर्याद्ब्रह्मरन्ध्रं गत्वा न स्थिरो भवतीत्यर्थः । सुषुम्नायामसंचरन् वायुरसिद्ध इत्युच्यते । तदुक्तममृतसिद्धौ– "यावाद्धि मार्गतो वायुर्निश्चलो नैव मध्यगः । असिद्धं तं विजानीयाद्वायुं कर्मवशानुगम् ॥" इति । प्राणयति जीवयतीति प्राणः स चासौ वातश्च प्राणवातःतस्य प्रबन्धात्कुंभकेन स्थिरीकरणाद्बिंदुर्वीर्यं दृढः स्थिरो न भवति प्राणवातस्थैर्ये बिन्दुस्थैर्यमुक्तमत्रैव प्राक् । मनःस्थैर्ये स्थिरो वायुस्ततो बिन्दुः स्थिरो भवेत् ।" इति । तदभावे त्वसिद्धत्वं योगिनः । उक्तममृतसिद्धौ–' तावद्बद्धोऽप्यसिद्धोऽसौ नरः सांसारिको मतः । यावद्‌-भवति देहस्थो रसेन्द्रो ब्रह्मरूपकः ॥ असिद्धं तं विजानीयान्नरमब्रह्मचारिणम् ।

जरामरणसंकीर्णं सर्वक्लेशसमाश्रयम् ।। " इति । यावत्तत्त्वं चित्तं ध्याने ध्येयं चित्तं न सहजसदृशं स्वाभाविकध्येयाकारवृत्तिप्रवाहो नैव जायते नैव भवति प्राणवातप्रबंधा-दिति देहलीदीपकन्यायेनात्रापि संबध्यते । वायुस्थैर्यं चित्तस्थैर्यमुक्तममृतसिद्धौ— " यदासौ म्रियते वायुर्मध्यमां मध्ययोगतः । तदा बिन्दुश्च चित्तं न म्रियते वायुना सह ।। " तदभावेऽह्यसिद्धत्वमुक्तममृतसिद्धौ—" यावत्प्रस्यन्दते चित्तं बाह्याभ्यन्तर-वस्तुषु । असिद्धं तद्विजानीयाच्चित्तं कर्मगुणान्वितम् ।। " इति । तावद्यज्ज्ञानं शाब्दं वदति कश्चित् तदेदं ज्ञानं कथं दंभमिथ्याप्रलापः दंभेन ज्ञानकथनेनाहं लोके पूज्यो भविष्यामीति धिया मिथ्याप्रलापो मिथ्याभाषणं दंभपूर्वकं मिथ्याभाषणमित्यर्थः । प्राणबिन्दुचित्तानां जयाभावे ज्ञानस्याभावात्संसृतिर्दुर्वारा । तदुक्तममृतसिद्धौ—"चल-त्येष यदा वायुस्तदा बिन्दुश्चलः स्मृतः । बिन्दुश्चलति यस्यांगे चित्तं तस्यैव चंचलम् ।। चले बिन्दौ चले चित्ते चले वायौ च सर्वदा । जायते म्रियते लोकः सत्यं सत्यमिदं वचः ।। ' इति । योगबीजेऽप्युक्तम्—'चित्तं प्रनष्टं यदि ' भासते वै तत्र प्रतीतो मरुतोऽपि नाशः । न वा यदि स्यान्न तु तस्य शास्त्रं नात्मप्रतीतिर्न गुरुर्न मोक्षः ।। " इति । एतेन प्राणबिन्दुमनसां जये तु ज्ञानद्वारा योगिनो मुक्तिः— स्यादेवेति सूचितम् । तदुक्तममृतसिद्धौ—" यामवस्थां व्रजेद्वायुर्बिन्दुस्तामधिगच्छति । यथाहि साध्यते वायुस्तथा बिन्दुप्रसाधनम् ।। मूर्च्छितो हरति व्याधिं वृद्धः खेचरतां नयेत् । सर्वसिद्धिकरो लीनो निश्चलो मुक्तिदायकः । " यथावस्था भवेद्बिन्दो-श्चित्तावस्था तथा तथा ।। "

जोपर्यन्त सुषुम्नामार्गामध्ये प्राणवायूचा संचार होऊन सहस्रारामध्ये अस-लेल्या ब्रह्मरन्ध्रामध्ये तो प्रवेश करीत नाही, जोपर्यन्त केवलकुम्भकसाधन आपो-आप घडून येऊन प्राणवायूच्या दृढ बंधनामुळे बिन्दू म्हणजे वीर्य स्थिरभाव धारण करीत नाही आणि जोपर्यन्त सहजासहजी चित्तवृत्ती ध्येयाकार व निर्विषय होऊन तत्त्वज्ञान उत्पन्न होत नाही; तोपर्यन्त शब्दामुळे झालेले व शास्त्रवचनाने कळलेले शाब्दिक ज्ञान हे अक्षरशः दांभिक व खोटे प्रलाप आहेत हेच खरे.

आता जे लोक योगी नाहीत त्यांच्या ज्ञानाचे निराकरण किंवा खण्डण करून जे लोक योगी आहेत त्यांच्या ज्ञानाचे असे वर्णन करतात की, जोपर्यन्त सुषुम्नेच्या मार्गाने वाहणारा प्राणवायू ब्रह्मरन्ध्रात प्रविष्ट होऊन स्थिर होत नाही, (तोपर्यन्त साधकयोग्याला ज्ञान होत नाही।) कारण की, सुषुम्नामार्गाने न वाहणाऱ्या प्राणवायूला अर्थात् इडापिंगलेतून वाहणाऱ्या संसारात्मक प्रवृत्ती असणाऱ्या वायूला असिद्ध असे म्हणतात. हीच गोष्ट अमृतसिद्धी ग्रंथात सांगताना

असे म्हटले आहे की, जोपर्यन्त आपल्या नेहमीच्या मार्गाने म्हणजे इडापिंगलेतून वाहणारा वायू सुषुम्नेमध्ये प्रवेश करून स्थिर होत नाही तोपर्यन्त कर्मवशानुयायी लोकांनी म्हणजे कर्मपाशाने बांधलेल्या साधकांनी किंवा जीवांनी आपला प्राणवायू असिद्ध आहे असे जाणावे. जोपर्यन्त जीवनाच्या आधाररूप असलेल्या अशा प्राणाचे दृढ बंधन केले जात नाही म्हणजे कुंभकाने तो दृढ होत नाही तोपर्यन्त बिन्दू म्हणजे वीर्य स्थिर होत नाही. प्राणवायूच्या स्थिरतेमुळेच बिन्दूची स्थिरता होते, हे या ग्रंथात पूर्वीच सांगितले आहे. मनाच्या स्थिरतेमुळे वायूची स्थिरता आणि वायूच्या स्थिरतेमुळे बिन्दूची स्थिरता होते. असे जर घडले नाही, तर योगी असिद्धच राहतो. हीच गोष्ट अमृतसिद्धी या ग्रंथात सांगताना असे म्हटले आहे की, जोपर्यन्त ब्रह्मरूप असलेले रसेंद्र म्हणजे वीर्य मनुष्याच्या देहात स्थिर राहून अब्रह्मचारित्वामुळे म्हणजे कोणत्याही प्रकारे होणाऱ्या संभोगाच्या क्रियेमुळे प्राप्त होणाऱ्या ब्रह्मचर्यहीनत्वामुळे लिंगद्वारा त्याचे पतन होते तोपर्यन्त साधक हा सांसारिक, बद्ध, असिद्ध, जरामरणयुक्त आणि सर्व क्लेशांचे आश्रयस्थान होतो. जोपर्यन्त चित्तरूप तत्त्व ध्यानामध्ये ध्येयचित्त होत नाही तोपर्यंत सहजसदृशपणे व स्वाभाविक रीतीने वृत्तींचा ध्येयाकार प्रवाह उपस्थित होत नाही आणि प्राणवायूचे बंधनही घडून येत नाही. देहलीदीपकन्याय म्हणजे उंबऱ्यावर ठेविलेला दिवा जसा घरातील दोन्ही खोल्यांना प्रकाश देतो त्याप्रमाणे वायूचे द्विविध कार्य येथे कथन केले आहे. वायूच्या स्थिरतेमुळे चित्ताची स्थिरता होते, हे सांगताना अमृतसिद्धी या ग्रंथामध्ये असे म्हटले आहे की, ज्यावेळी मध्ययोगाच्या म्हणजे सिद्धयोगाच्या अभ्यासामुळे प्राणवायू सुषुम्नेत प्रविष्ट होतो त्यावेळी बिन्दू आणि चित्त या दोन्ही गोष्टी त्याच्या बरोबर सुषुम्नेत प्रवेश करीत असल्यामुळे त्या वायूबरोबरच तेथे मृत्यू पावतात म्हणजे लीन होतात. हे जर घडले नाही, तर याच्या अभावामुळे साधक असिद्धच राहतो. यासंबंधी अमृतसिद्धी नामक ग्रंथात असे म्हटले आहे की, जोपर्यंत बाह्य व आन्तरिक म्हणजे मनातील वस्तूत चित्ताचे स्पंदन होते म्हणजे या दोन्ही कारणांमुळे चित्त चंचल होते तोपर्यंत कर्मगुणांनी युक्त असलेले चित्त असिद्ध आहे असे जाणावे. अशी स्थिती जोपर्यंत असते तोपर्यंत साधकाचे सर्व ज्ञान हे दंभमिथ्याप्रलापच असतात. मी जगतात पूज्य होईन अशा प्रकारच्या इच्छेने जेव्हा दंभपूर्वक ज्ञानाचे कथन केले जाते तेव्हा बुद्धीने केलेले भाषणही मिथ्याच असते, कारण की प्राण, बिन्दू व चित्त यांना न जिंकल्यामुळे साधकाच्या ठिकाणी ज्ञानाचा अभाव असतो आणि त्यामुळे जन्ममरणरूप संसाराची निवृत्ती होऊ शकत नाही. हीच

गोष्ट अमृतसिद्धी या ग्रंथात कथन करताना असे म्हटले आहे की, जेव्हा प्राणवायू चलित असतो तेव्हा बिन्दूही चलित म्हणजे चंचल असतो आणि ज्याच्या शरीरातील बिन्दू चंचल आहे त्याचे चित्तही चंचल असते. जर बिन्दू चलित झाला; तर चित्त चंचल होते व चित्त चंचल झाले; तर वायू चलित होतो. अर्थात् या तिन्हीही गोष्टी चंचल झाल्या की, संपूर्ण जगत् उत्पन्न होते आणि मृत्यू पावते, ही गोष्ट नितान्त सत्य आहे. योगबीज ग्रंथामध्येही असे म्हटले आहे की, जर चित्त नष्ट झाल्याचे लक्षात आले किंवा अनुभूती आली; तर त्या वेळी वायूचाही नाश झाल्याची प्रतीती येते. जर चित्ताचा व वायूचा नाश झाल्याची प्रतीती आली नाही; तर साधकाला शास्त्राचे ज्ञान होत नाही, आत्म्याची प्रतीती येत नाही आणि गुरू व मोक्ष या गोष्टी त्याच्या बाबतीत खोट्या ठरतात. या सर्व विवेचनावरून येथे असे सूचित केले आहे की, प्राण, बिन्दू व मन या तिन्ही गोष्टींच्या जयामुळे ज्ञानाच्या द्वारा योग्याला मुक्तीची प्राप्ती निश्चितपणे होते. हीच गोष्ट अमृतसिद्धी या ग्रंथात सांगताना असे म्हटले आहे की, (साधन करताना) जी अवस्था वायूला प्राप्त होते तीच अवस्था बिन्दूलाही प्राप्त होते आणि ज्या प्रकाराने वायू साध्य केला जातो त्या प्रकारानेच बिन्दूही साध्य केला जातो. मूर्च्छित झालेला वायू साधकाच्या व्याधी हरण करतो आणि बद्ध म्हणजे बंधन केलेला, थकलेला किंवा स्तब्ध झालेला वायू साधकाला आकाशगती प्राप्त करून देतो. लीन झालेला म्हणजे लयावस्थेप्रत गेलेला व निश्चल झालेला वायू साधकाला सर्व प्रकारच्या सिद्धी प्रदान करतो आणि मुक्ती देतो जशी जशी बिन्दूची अवस्था होते तशी तशी अवस्था चित्ताचीही होते.

षट्कर्मप्रतिपत्तिहेतुकमिदं मंत्रं न तद् दृश्यते ।
भ्रूनासादिषु कीटवन्न हि मनो मग्नं कथञ्चिद्भवेत ॥
आधारे पवनो न याति विविधादभ्यासतो योगिनाम् ।
नित्यानन्दमयात्प्रभावनिलयाच्छ्रीराजयोगादृते ॥ ६ ॥

अर्थ :– अध्ययन, अध्यापन, यजन, याजन, दान व प्रतिग्रह या सहा कर्मांचे ज्ञान देणारा किंवा आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान व समाधी ही सहा कर्मे साधून देणारा मंत्र कुठेही उपलब्ध नाही. (याचा अर्थ असा की, मंत्राने उपरोक्त कोणतीही षट्कर्मे साधत नाहीत.) भ्रूमध्यभागी किंवा नाकाच्या टोकावरील स्थानामध्ये एखाद्या कीटकाप्रमाणे हे मन बसून चिकटून राहील काय ? नाही, हे कधीच शक्य नाही। कारण मन हे कीटक (पिपीलिकादि म्हणजे मुंगी

इत्यादि) आहे काय ? योग्यांचे प्राणादि वायू अनेकविध किंवा नाना प्रकारचे अभ्यास केले; तरी मूलाधारस्थानी सहजतया एकवटून येणार नाहीत. नित्यानन्दमय अशा प्रभावी राजयोगाशिवाय या गोष्टी शक्य नाहीत.

विवरण :– या श्लोकात व्यतिरेक पद्धतीचा म्हणजे निषेधात्मकरीतीचा आणि चवथ्या व पाचव्या श्लोकात अन्वयात्मक पद्धतीचा अवलंब करून महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी सिद्धयोगाचा महिमा सांगितला आहे. हा महिमा, प्राणादि सर्व वायू कुण्डलिनी शक्तीच्या जागृतीमुळे मूलाधारात एकवटून येण्यात व त्यांचे सुषुम्नेत चालन होण्यात, सामाविलेला आहे. महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी ज्या सिद्धयोगाचा महिमा कथन केला आहे, त्या योगाचे किंवा त्यांनी प्रवर्तित केलेल्या योगाचे स्वरूप थोडक्यात असे सांगता येईल. मूलाधारात कुण्डलिनी नावाची अनादि आत्मसत्ता निद्रिस्त असते. ज्यावेळी इडा व पिंगला या दोन नाड्यांच्या संघर्षणजन्य समीकरणाने ती जागृत होऊन अग्नीच्या ज्वालेप्रमाणे प्रदीप्त होऊन वरती उठते त्यावेळी स्वभावतःच ती ऊर्ध्वमुख होऊन सुषुम्नेच्या मार्गाने धावू लागते या उत्थान कालात इतस्ततः विखुरलेल्या विविध शक्ती चारही बाजूंनी एकत्रित येऊन वरील धारेत मिसळून जातात. या विविध शक्तींच्या द्वाराच भिन्न भिन्न स्तरावर जगतातील नानाविध पदार्थांची निर्मिती होते व जीवाला त्यांची अनुभूती येते. ज्यावेळी या सर्व शक्ती अर्थात् शक्तींच्या रूपाने शरीरात असणारे नानाविध वायू सुषुम्नेत लीन होत जातात त्यावेळी त्यांच्याबरोबरच त्यांनी रचलेले व प्रकाशित केलेले जगज्जाल इन्द्रजालाप्रमाणे नाहीसे होते. त्यावेळी सर्वत्र महाशून्यावस्था येते. अशा प्रकारे क्रमशः वायुरूपाने असणाऱ्या लोकलोकान्तरांना आपल्या संहाराग्नीमध्ये जाळून व भस्मीभूत करून नादरूप महाशक्ती कुण्डलिनी सिंहनाद करीत करीत वरवर चालत राहते. त्यामुळे सर्व भूतमात्रे व चित्त नाहीसे होते. षट्चक्रांचा भेद होतो व साधकाची आज्ञाचक्राच्या वर स्थिती होते. त्यानंतर अत्यन्त सूक्ष्म अशा मार्गाचा अवलंब करीत चैतन्यशक्तीच्या रूपात प्रकाशमान कुण्डलिनी चैतन्य समुद्रात परमशिवाच्या वक्षःस्थलाशी एकरूप होण्यासाठी धावू लागते. या शक्तीचा आश्रित जीव तिच्या ऊर्ध्वाकर्षणामुळे तिच्याबरोबर वाटचाल करू लागतो. या स्थितीत जीव व शक्तीत काहीच भेद राहत नाही; त्यामुळे जीवाला शक्तीबरोबर जाण्याशिवाय दुसरे कोणतेच साधन उरत नाही. तो कुण्डलिनी शक्तीचा आश्रित व शरणागत बनून सर्व अडथळे ओलांडून मातृ-अंकावर विराजमान होतो. ज्यावेळी

सहस्रारस्थ परमशिवाशी कुण्डलिनी शक्ती एकरूप होते त्यावेळी त्यांच्या आलिंगनामुळे विचित्र आनन्दाचा उदय होतो. जीव त्याचा आस्वाद घेतो. शिवशक्तीच्या मिलनाशिवाय खऱ्या आनन्दाची अभिव्यक्ती कधीही होऊ शकत नाही. हीच परमोच्च अद्वय किंवा अद्वैत स्थिती आहे. या स्थितीत वायू स्थिर होत असल्याने सर्व संकल्प विकल्पांचे जाळे तुटून जाते आणि ज्ञानमुद्रा प्राप्त झाल्याने मिथ्याज्ञान व कर्तृत्वाभिमान लुप्त होतो. स्वभावच सर्वांचे मूळ कारण आहे व कर्ता कोणीच नाही असा बोध होणे यालाच शुद्ध बोध किंवा ज्ञानमुद्रा असे म्हणतात. या बोधाचा उदय होताच सर्व धर्मांचे शोधन होऊन संकल्प-विकल्पातीत निर्विकार निरंजन पदाची प्राप्ती होते. अशा अवस्थेची प्राप्ती होण्याचा एकमात्र उपाय गुरूपदेश म्हणजे सद्गुरुकृपा अर्थात् शक्तिसंक्रमणपूर्वक शक्तिपातयोगदीक्षा घेणे हाच असून याशिवाय दुसरा कोणताही उपाय नाही.

"हठयोगप्रदीपिकेत" "राजयोगः समाधिश्च उन्मनी च मनोन्मनी। अमरत्वं लयस्तत्त्वं शून्याशून्यं परं पदम् ॥ ४·३ ॥ अमनस्कं तथाद्वैतं निरालंबं निरंजनम्। जीवन्मुक्तिश्च सहजा तुर्या चेत्येकवाचकाः ॥ ४ ॥" असे म्हणून राजयोग, समाधी, उन्मनी, मनोन्मनी, अमरत्व, लय, तत्त्व, शून्याशून्यपरंपद, अमनस्क, अद्वैत, निरालंब, निरंजन, जीवन्मुक्ती, सहजा व तुर्या हे सर्व राजयोगाचे किंवा समाधीचे वाचक शब्द आहेत, असे कथन करून राजयोग कसा सिद्ध होतो व त्याचे माहात्म्य काय आहे हे सांगताना असे म्हटले आहे की—

सलिले सैन्धवं यद्वत्साम्यं भजति योगतः।
तथात्ममनसोरैक्यं समाधिरभिधीयते ॥ ५ ॥
यदा संक्षीयते प्राणो मानसं च प्रलीयते।
तदा समरसत्वं च समाधिरभिधीयते ॥ ६ ॥
तत्समं च द्वयोरैक्यं जीवात्मपरमात्मनोः।
प्रनष्टसर्वसंकल्पः समाधिः सोऽभिधीयते ॥ ७ ॥
राजयोगस्य माहात्म्यं को वा जानाति तत्त्वतः।
ज्ञानं मुक्तिः स्थितिः सिद्धिर्गुरुवाक्येन लभ्यते ॥ ८ ॥

ज्याप्रमाणे सिंधुदेशात उत्पन्न झालेल्या मीठाचा पाण्याशी संयोग झाला की, ते पाण्याशी एकरूप किंवा समरस होते त्याप्रमाणे आत्म्याची व मनाची एकता होते म्हणजे आत्म्यात धारण केलेले मन आत्माकार झाले की, आत्मस्वरूप होते. अशा प्रकारे आत्म्याची व मनाची एकता, साम्य किंवा समरसता

होणे याला समाधी असे म्हणतात. ज्यावेळी प्राण अत्यंत उत्तम रीतीने क्षीण होतो आणि मनाचाही लय होतो त्यावेळी जी समरसता उत्पन्न होते त्यालाही समाधी असे म्हणतात. याप्रमाणेच जीवात्मा व परमात्मा या दोहोंच्या एकरूपतेमुळे सर्व संकल्प नाहीसे होऊन जी समता किंवा सामरस्य उत्पन्न होते त्या स्थितीला किंवा अवस्थेला समाधी असे म्हणतात. राजयोगाचे माहात्म्य यथार्थरूपाने खरोखर कोण जाणतो? अर्थात् खरे माहात्म्य कोणीच जाणत नाही, तत्त्वतः सर्वांगीणपणे राजयोगाच्या प्रभावाचे वर्णन करणे अशक्य असले; तरी त्याचे असे वर्णन करता येईल की, ज्ञान म्हणजे आत्मस्वरूपाचा अपरोक्षानुभव, मुक्ती म्हणजे विदेहमुक्ती, स्थिती म्हणजे निर्विकार स्वरूपाच्या अवस्थेच्या रूपाने असलेली जीवन्मुक्ती आणि सिद्धी म्हणजे अणिमादि अष्ट-सिद्धी गुरूच्या वाक्याने म्हणजे त्याने शब्दद्वारा दिलेल्या शक्तिपातयोगदीक्षेने अर्थात् राजयोगस्वरूप सिद्धयोगमार्गद्वारा प्राप्त होतात.

नित्यं मंत्रयतो लभेन्न नृपतां (नि: नैवाधिपत्यं तथा ।
दिव्यस्त्रीनवसङ्गमोऽप्यनुदिनं न ध्यायतो लभ्यते ।।
हस्तिन्यास्तुरगः खराच्च करभः शाल्योदनं कोद्रवात् ।
जायन्ते हठतः कथं वद विभो स्वीयं प्रभावं विना ।।७।।

अर्थ :- नेहमी केवळ मंत्रण म्हणजे सल्लामसलतच करण्याने कोणाला राजेपण मिळेल काय? किंवा राज्यलाभ होईल काय? ध्यान वा मनोराज्य करण्याने दररोज कोणाला दिव्य अगर सुंदर स्त्रीच्या समागमाचा लाभ होईल काय? हस्तिनीला शिंगरू होईल का? गाढवापासून उंट जन्माला येईल काय? कोद्रवापासून म्हणजे सामान्य धान्यापासून तांदूळ किंवा भात कधी हट्टाग्रहाने करू म्हटल्यास तसे होईल काय?

विवरण :- या श्लोकात महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी मंत्र, लय, हठ व ध्यान किंवा कर्म, भक्ती व ज्ञान या योगापेक्षा ह्या सर्वही योगांचा समावेश ज्या राजयोगा-मध्ये होतो असा सिद्धयोग किंवा महायोग कसा श्रेष्ठ आहे हे नानाविध दृष्टान्तांनी सिद्ध केले आहे. या सर्व कथनाचा भावार्थ नाथपंथीयांच्या साधन-रहस्यात्मक तत्त्व-ज्ञानात दडलेला आहे. हा नाथ संकेतीचा दंश स्पष्ट करताना महायोगी श्रीमत्स्येंद्रनाथ, श्रीगोरक्षनाथ प्रभृती हठयोग-प्रवर्त्तक नाथ आचार्यगण आणि आगमशास्त्राचे विद्वान पंडित यांचे असे मत आहे की, मूलाधारातील निद्रिस्त कुण्डलिनी शक्ती श्रीगुरु-कृपेने उद्‌बुद्ध केल्याशिवाय कर्म, ज्ञान किंवा भक्ती आदि अन्य कोणतेही साधन

मुक्तीच्या स्वरूपात किंवा अनर्थ निवृत्तीच्या उपायाच्या रूपात परिणत होऊ शकत नाही. कुण्डलिनी शक्तीच्या जागृतीसाठी जे कर्म, ज्ञान किंवा भक्ती साहाय्यता करील तेच खरे किंवा यथार्थ कर्म, ज्ञान किंवा भक्ती होय. एवढेच नव्हे; तर वरील कार्य घडले तरच कर्मयोग, ज्ञानयोग आणि भक्तियोग हे सर्व योग आपापले पद किंवा नाव खरे करण्यास योग्य आहेत. शक्तीच्या जागृतीचा हेतू जर सिद्धीस जात नसेल; तर उपरोक्त कर्मादि सर्व योग व्यर्थ प्रयासाला मात्र कारण होतात. ते केव्हाही सिद्धिदायक होत नाहीत. कुण्डलिनी शक्तीची अनादि निद्रा भंग पावल्याशिवाय साधकाला आत्मस्वरूपयुक्त किंवा परमात्मस्वरूपयुक्त स्थिती प्राप्त होऊ शकत नाही. ज्या अज्ञानाच्या प्रभावाने आत्म्याला मायेच्या अधीन होऊन देह धारण करणे भाग पडते, त्या अज्ञानाची जोपर्यन्त निवृत्ती होऊ शकत नाही तोपर्यन्त आत्म्याचा नैसर्गिक शिवस्वरूपी धर्म प्रकट होऊ शकत नाही. या मूळ अज्ञानाला पौरुष अज्ञान असे म्हटले जाते. या अज्ञानाच्या निवृत्ती-करिता जो अत्यन्त आवश्यक असा उपाय आहे, तो कर्मयोग नाही, ज्ञानयोगही नाही, एवढेच नव्हे; तर भक्तियोगही नाही. या सर्व योगांची उपायांच्या रूपात गणना होत असली; तरी हे सर्व योग बुद्धीचे केवळ व्यापारच आहेत. जे अज्ञान बुद्धीच्या पूर्वी उत्पन्न झाले आहे त्याला दूर करण्याची पात्रता यांपैकी एकाही योगात किंवा उपायात नाही; कारण यांच्यापैकी कोणातही मूळ अज्ञानाला स्पर्श करण्याची पात्रता असत नाही; मग ते नाहीसे करण्याची गोष्ट दूरच राहिली. केवळ भगवन्ताच्या कृपाशक्तिद्वाराच या मूळ अज्ञानाची निवृत्ती होऊ शकते. अन्य कोणत्याही उपायांनी हे शक्य होत नाही. हा सर्व गर्भितार्थच वरील सर्व दृष्टांत देऊन महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी स्पष्ट केला आहे.

केचिन्मूत्रं पिबन्ति प्रमलमशनतः केचिदश्नन्ति लालां ।
केचित्काष्ठीं प्रविष्टा युवतिभगवशाद्बिन्दुमूर्ध्वं नयन्ति ।।
केचित्खादन्ति धातून्निखिलतनुसिरा वायुसञ्चारदक्षाः
नैतेषां देहसिद्धिर्विगतनिजमनो राजयोगादृतेऽस्मात् ।।८।।

अर्थ :- देहसिद्धीसाठी विविध उपाय करणारे जे लोक आहेत त्यांच्यापैकी काहीजण मूत्रप्राशन करतात. काहींची मलभक्षणापर्यन्त तयारी असते. काहीजण लाळ पितात. काहीजण स्त्रियांच्या गुह्यस्थानी पतन पावलेले शुक्र ऊर्ध्वमार्गी आकर्षण करतात. काही लोक रक्तमांसादि धातू खातात. काहीजण शरीरांतर्गत

सर्व शिरा खातात. काहीजण वायूच्या संचाराबद्दल दक्ष राहतात. परन्तु चित्तवृत्ती नाहीशी करणाऱ्या राजयोगाशिवाय देहाचे सार्थक होऊ शकत नाही

विवरण :- या श्लोकात महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी राजयोग म्हणजे सिद्धयोग किंवा शक्तिपातयोग याशिवाय चित्तवृत्ती इतर दुसऱ्या कोणत्याही उपायांनी नाहीशी होऊ शकत नाही व सद्गुरुकृपाप्राप्त अशा या महायोगाशिवाय साधकाच्या देहाचे खरे सार्थकही होत नाही हे स्पष्ट केले आहे. "सिद्धसिद्धान्त-पद्धति" या ग्रंथात त्यांनी हाच विचार पुढीलप्रमाणे मांडला आहे.

तज्ज्ञेयं सद्गुरोर्वक्त्रान्नान्यथा शास्त्रकोटिभिः ।
न तर्कशब्दविज्ञानान्नाचाराद्वेदपारगात् ॥ ५·३१ ॥
वेदान्तश्रवणान्नैव तत्त्वमस्यादिबोधनात् ।
न हंसोच्चारणाज्जीव ब्रह्मणोरैक्यभावनात् ॥ ३२ ॥
न ध्यानान्न लया (जपा) ल्लीनः सर्वज्ञः सिद्धिपारगः ।
स्वेच्छो योगी स्वयंकर्ता लीलया चाजरामरः ॥ ३३ ॥
अवध्यो देवदैत्यानां क्रीडते भैरवो यथा ।
इत्येवं निश्चलो योऽसौ क्रमादाप्नोति लीलया ॥ ३४ ॥
असाध्याः सिद्धयः सर्वाः सद्गुरुः करुणांविना ।
अतस्तु गुरुरासेव्यः सत्यमीश्वरभाषितम् ॥ ३५ ॥

अद्वैत किंवा परमपद अर्थात् चित्तवृत्तिशून्य अवस्था ही सद्गुरुमुखातून निसृत् झालेल्या शब्दामुळे जेव्हा शक्तिसंक्रमणद्वारा शक्तिपात घडून येऊन मल, आवरण, विक्षेप किंवा अज्ञानादि सर्व दोष छिन्नभिन्न होतात तेव्हाच जाणली जाते. अन्यथा कोटी कोटी शास्त्रांच्या अध्ययनानेही ही स्थिती अगर अवस्था प्राप्त होत नाही. शुष्क तर्क, व्याकरण, आचार, वेदपाठ, वेदान्तश्रवण, तत्त्वमसि इत्यादि महावाक्याचा बोध, हंस मंत्राचे उच्चारण, जीवब्रह्म एकरूपतेची भावना, ध्यान, लय आणि जप इत्यादि कशाच्याही योगाने साधकाला सर्वज्ञता मिळत नाही व तो सर्व सिद्धींमध्ये पारंगतही होत नाही. मात्र ज्यावेळी साधक सद्गुरूने दिलेले साधन श्रद्धा व निष्ठापूर्वक निरंतर करतो तेव्हा तो सर्वज्ञ, सर्वसिद्धिपारंगत, स्वेच्छेनुसार वागणारा म्हणजे स्वातंत्र्यरूपी अंतिम अवस्था प्राप्त झाल्याने सर्व बंधनांपलीकडे गेल्याने स्वच्छंद गतीने राहणारा, लीलेने स्वतःच स्वतःचा कर्ता व अजरामर होतो. तो देवदैत्यांना अवध्य होतो भैरवाप्रमाणे सर्वत्र स्वतंत्रगतीने विचरण किंवा क्रीडा करतो. अवधूत सिद्ध-

गुरूच्या करुणेशिवाय म्हणजे कृपेशिवाय अर्थात् शक्तिपाताशिवाय असाध्य असा महायोग किंवा सिद्धयोग कदापीही सर्वांगानी सिद्ध होऊ शकत नाही. यासाठी सद्गुरूचा आश्रय व त्याची सेवा परम आवश्यक आहे हे शिवाचे वचन सत्य आहे.

चित्ते समत्वमापन्ने वायौ व्रजति मध्यमे ।
एषाऽमरोली वज्रोली सहजोली मतेति च ॥ ९ ॥
(एषाऽमरोली वज्रोलीतदामति मतेति च (सहजोली प्रजायते)

अर्थ :– चित्ताची समता साधली आणि वायू मध्यमार्गात संचार करू लागला की, अमरोली, वज्रोली व सहजोली या क्रिया आपोआप घडून येतात अर्थात अशा प्रकारे मध्यमार्गात म्हणजे सुषुम्नेमध्ये प्राणवायुरूप कुंडलिनी शक्तीचा संचार होऊन तिच्या चित्तस्वरूपाची समता साधणे म्हणजेच अमरोली. वज्रोली व सहजोली या क्रिया साधणे किंवा साध्य होणे होय किंवा मध्यमार्गात प्राणवायूचे संचालन हेच चित्ताच्या समतेचे व इतर क्रियांच्या फलरूप निष्पत्तीचे एकमात्र कारण आहे.

विवरण :– या श्लोकात महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी सिद्धयोगान्तर्गत एका महत्त्वाच्या रहस्याचे प्रकटीकरण केले आहे ज्यावेळी सद्गुरू शक्तिपात दीक्षेने शिष्याची आत्मशक्ती जागृत करतात त्यावेळी या शक्तीच्या जागरणामुळे म्हणजे शक्तिस्वरूप वायूच्या जागृतीमुळे तो ऊर्ध्वमुख होऊन मध्यमार्गात म्हणजे सुषुम्नेत संचार करू लागतो व चित्ताची समता आपोआप साधली जाते. चित्ताची समता म्हणजे प्राण व अपानाची समता होय. शक्तीच्या जागरणाच्या मुळाशी प्राण व अपान या शक्तींचे साम्यच स्थापन होत असते. प्राण आणि अपान या शब्दांच्या द्वारा यच्चयावत् सर्व विरुद्ध शक्तींचा संग्रह किंवा एकीकरण समजले पाहिजे. विरुद्ध शक्तींचे साम्य होणे ही समानवायूची क्रिया असून चित्ताची समता साधणे हे त्याचे फल आहे. ज्यावेळी प्राणापान सम होतात त्यावेळीच वायूची वक्रगती म्हणजे इडापिंगलेतून वाहण्याची गती थांबते. जोंपर्यंत प्राणापानाचा, चंद्रसूर्याचा, दक्षिणवामाचा, उजूअव्हाट्याचा किंवा इडापिंगलेचा सयोग होत नाही तोपर्यंत वायूचे आवागमन चालू राहते आणि शक्ती वक्रमार्गात संचार करीत राहते. यालाच प्रचालित भाषेत संसार म्हणतात. शक्तीचे सरळमार्गाने संचालन करणे, त्याची वक्रता दूर करणे व चित्ताची समता साधणे हाच साधनाचा उद्देश आहे. तो सिद्धयोगाने सहजसाध्य होतो, कारण या साधनाच्या प्रभावाने जागृत शक्ति-

द्वारा सर्व क्रिया आपोआप घडून येत असल्याने वायूची वक्रता दूर करणाऱ्या व सुषुम्नेतून प्राणवायुरूप शक्तीचे सरळमार्गाने संचालन करणाऱ्या अमरोली, वज्रोली व सहजोली या क्रियाही आपोआप घडून येतात.

श्रीस्वात्मारामयोगींद्र यांनी "हठयोगप्रदीपिका" या ग्रंथातील तिसऱ्या उपदेशात श्लोक ८३ ते १०३ पर्यन्त वज्रोली, अमरोली व सहजोली या क्रियांचे त्यांच्या फलासह वर्णन केले आहे. या क्रियांमुळेच शक्ती जागृत होऊन वायू सुषुम्नारूप मध्यमार्गात संचार करून चित्ताची समता साधली जात असल्यामुळे त्यांचे माहात्म्य वर्णन केले आहे. मात्र एकदा शक्ती जागृत झाली की, या क्रिया आपोआप घडून येतात हे सांगताना ते महायोगी श्रीगोरक्षनाथांप्रमाणेच असे म्हणतात की—

चित्ते समत्वमापन्ने वायौ व्रजति मध्यमे ।
तदामरोली वज्रोली सहजोली प्रजायते ॥ ४·१४ ॥

(याचा अर्थ असा की, ज्या वेळी अंतःकरणरूप चित्त ध्यान करण्यास योग्य अशा वस्तूच्या आकारवृत्तीच्या प्रवाहाशी एकरूप होते अर्थात् चित्त ब्रह्माकार होते तेव्हा) प्राणवायू सुषुम्नेत प्रविष्ट होऊन चित्ताची समता झाल्यावर अमरोली, वज्रोली आणि सहजोली या मुद्रा आपोआप होतात. (मात्र ज्यांनी प्राण व चित्त जिंकले नाही त्यांना या मुद्रा आपोआप सिद्ध होत नाहीत.)

तथाच श्रीसम्पुटे :

विभ्राणः पवनं हठान्नियमितं ग्रासोऽस्ति मीनोदरे ।
कैवल्यो भगवान्विमुच्य सहसा यावन्नचेतत्यसौ ॥
तं चोक्त्वा गिरिशेन भाषितमिदं कालो न चेतः परं ।
पार्वत्या सह मीननाथमवदन्नित्यं चिरं जीमहि ॥ १० ॥

अर्थ :— हठयोगाने म्हणजे प्रयत्नाने नियमित वायू धारण करणारा ग्रास म्हणजे वायूच मत्स्याच्या म्हणजे जीवाच्या उदरात आहे. जोपर्यन्त तो केवळ भगवान् आत्मा सर्वसंग सोडून देऊन चैतन्याकडे अर्थात् ब्रह्मरूपाकडे म्हणजे परमात्म्याकडे वळत नाही तोपर्यन्तच चित्त आहे असे महादेवाने पार्वतीला सांगितले व मीननाथालाही पर्यायाने कथन केले. हे ऐकून आम्हीही चिरंजीव होऊ.

विवरण :— हठ या शब्दाचा अर्थ असा आहे की, 'ह' म्हणजे सूर्य व 'ठ' म्हणजे चंद्र अर्थात् इडा व पिंगला या नाड्या होत. या दोहोंची एकता

अर्थात् सूर्यचंद्ररूप प्राण-अपान यांची एकता म्हणजे प्राणायाम होय. ज्यावेळी इडा-पिंगलेतून वाहणारे प्राणवायू आपली वक्रता सोडून सुषुम्नेतून वाहू लागतात त्यावेळीं ते सरळ होतात व हठयोग सिद्ध होतो. या हठयोगात वायूने कुंभकादि किंवा भस्त्राप्राणायामादि करून वायूचाच ग्रास करावयाचा असतो म्हणजे वायू स्थिर करावयाचा असतो. याचा अर्थ असा की, प्राणायामाने प्राण व अपान किंवा श्वास व प्रश्वास यांच्या गतीचा विच्छेद करून त्यांचे सुषुम्नेत चालन करावयाचे असते. यामुळेच भगवान् पतंजलींनी योगसूत्रात "तस्मिन् सति श्वास-प्रश्वासयोर्गतिविच्छेदः प्राणायामः ॥ २·४९ ॥" असे सूत्र लिहिले आहे. प्राण हाच आत्मा असल्यामुळे ज्यावेळी तो सुषुम्नेत प्रविष्ट होतो त्यावेळीच तो असंग व चित्तरहित होतो व त्याची सहस्रारस्थित चैतन्याकडे गती होते. ज्यावेळी प्राणात्मरूप शक्तीचे व शिवाचे सहस्रारात सामरस्य किंवा महामीलन होते तेव्हा जीव चिरंजीव होतो.

यदि जीवेदोषधीभिः संसारे निरुपद्रवे ।
आमयास्ता जराग्रस्ता म्रियन्ते भिषजः कथम् ॥ ११ ॥

अर्थ :- या संसारात माणूस औषधींमुळे म्हणजे त्यांच्या सेवनाने जर सुखाने जगत असेल; तर वैद्यदेखील आजारी पडून आणि म्हातारपणाचे दुःख सोसून मृत्यू का पावतात ?

विवरण :- नुसत्या औषधींच्या सेवनाने माणसाला चिरजीविता येत नाही आणि दुःखरहित जीवन जगणेही कधी शक्य होत नाही.

चरकानुचरणचतुराश्चटुलाधियः सुश्रुतश्रवणलोलाः ।
अमनस्कौषधि...वा...ज्या कथमखिलंगतं तत्क्षयो भवति ॥ १२ ॥

अर्थ :- महर्षी चरकमुनींचे अनुकरण करणारे, त्यांच्या उपदेशानुसार दिनचर्यादि ठेवणारे आणि सुश्रुताचा उपदेश ऐकण्यास अत्युत्सुक असणारे जे लोक आहेत ते अमनस्करूप औषधीशिवाय चिरंजीवित्व कसे मिळवितील ? या (राज-योगरूप) अमनस्कौषधीने साधकाच्या किंवा मनुष्याच्या सर्व व्याधी क्षयाला जातात. याशिवाय असलेल्या इतर औषधींमुळे सर्व जगताचा क्षय होतो.

विवरण :- या अमनस्कौषधीचे वर्णन महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी आपल्या "अमनस्कयोग" या ग्रंथात विस्ताराने केले आहे. त्याचे साररूप वर्णन असे करतां येईल की, "समनस्क योग हा सकल म्हणजे प्राणादि नामवन्त कलांनी

युक्त असा आणि नाश पावणारा आहे म्हणून त्याचा नेहमी त्याग करावा. मात्र विमनस्क किंवा अमनस्क योग हा कलाविहीन आणि आयासविहीन म्हणजे परिश्रमाशिवाय साध्य होणारा असल्यामुळे त्याचे नित्य सेवन किंवा अभ्यास करावा. मन आणि वायू व दूध आणि पाणी ह्या गोष्टी एकमेकात मिसळल्यासारख्या आहेत. या दोघांची क्रिया सुद्धा सारखीच आहे. या दोहींमध्ये जोपर्यन्त मन राहते तोपर्यन्त वायूची प्रवृत्ती असते आणि जोपर्यन्त वायू असतो तोपर्यन्त मनाची प्रवृत्ती टिकून राहते. या दोहोंमध्ये जेव्हा एकाचा विनाश होतो तेव्हा दुसऱ्याचाही विनाश होतो आणि एकाच्या प्रवृत्तीबरोबर दुसऱ्याचीही प्रवृत्ती सुरू होते. या दोन्हींची प्रवृत्ती झाल्यावर इन्द्रियवर्गाची वृद्धी म्हणजे शब्द, स्पर्श, रूप, रस व गंध वगैरेंकडे अधिक आकर्षण होते आणि त्याचा विध्वंस, नाश किंवा लय झाला म्हणजे मुक्ती प्राप्त होते. या दोन्हींमध्ये षडंगयोग वगैरेंचे कुशलतापूर्वक सेवन केल्याने वायूचा नाश साध्य होतो आणि मनाचा विनाश तर श्रीगुरूंच्या कृपेने म्हणजे शक्तिपाताने एका पळभरातसुद्धा सुसाध्य होऊ शकतो. म्हणून ज्याच्या मनाचा विनाश झालेला आहे त्यास अमनस्कता किंवा अमनस्कयोग अर्थात् अमनस्कौषधी प्राप्त होते. मनाचा नाश होण्यापूर्वी वायूचा नाश होतो. वायू आणि मन यांचा विनाश झाल्याने बुद्धी, इन्द्रिये आणि देह यांचा विनाश होतो व त्यायोगे अमनस्क योग्याच्या ठिकाणी (सहजतत्त्वाच्या ठिकाणी सुप्रतिष्ठित असलेली अशी) अद्वैत बुद्धी निर्माण होते. (२-२८ ते ३१) मात्र चिन्तामणिस्वरूप अशा एकमात्र श्रीगुरूंच्या शक्तिपात-योगानुग्रहाखेरीज वेदान्तामध्ये प्रतिपादन केलेल्या महावाक्याच्या उपदेशाने, तर्कशास्त्रामध्ये प्रतिपादन केलेल्या निरनिराळ्या युक्तिसाधनांच्या विवेचनाने, आगमांच्या अध्ययनाने, विविध प्रकारांच्या आणखी काही शास्त्रांमधील ज्ञानार्जनाने किंवा ध्यानादि उत्तम साधनांच्या साहाय्याने आपल्या अभीष्ट अशा ध्येयस्थानाची प्राप्ती एका अमनस्कयोगाशिवाय होणे संभवनीय नाही." (२·४१)

"यावरून ही गोष्ट अगदी स्पष्ट आहे की, सर्व विषय निष्कल अशा अध्यात्मयोगसाधनेने किंवा आत्मयोगसाधनेने नष्ट होतात. आत्मयोगानेच वायू नष्ट केला जातो. वायू नष्ट झाल्यावर मन नष्ट होते आणि मन नष्ट झाल्यावर मोक्षप्राप्ती होते. सहज, निर्मल व निर्विकार अशा आत्मतत्त्वाचे ज्ञान प्राप्त करून घेण्याने असा परिणाम घडून येतो म्हणून अमनस्क अर्थात् सिद्धयोगप्राप्तीसाठी साधकाने प्रयत्न केला पाहिजे. अनेक व्याधी उत्पन्न करणाऱ्या; करावयास अत्यन्त कठीण,

क्लेशकारक, दुर्जय व तांत्रिक उपायांनी युक्त अशा शेकडोशे प्राणायामांचा दीर्घकालपर्यंत अभ्यास केल्यानं काय फायदा आहे ! जी आत्मशक्ती कुंडलिनी शरीरात जागृत झाल्याबरोबर बलवान् असा वायू आपोआप तत्क्षणातच नष्ट होतो, अशा सहज व स्वभावभूत अमनस्कयोगाच्या प्राप्तीकरिता एकमात्र सद्गुरूंचीच निरंतर सेवा केली पाहिजे. सद्गुरूंची योग्य प्रकारे उपासना केल्यावर ते सहजतत्त्व, सहजयोग किंवा अमनस्कयोग त्यांच्याकडून अनायासे प्राप्त होतो. तो प्राप्त झाल्यावर शिष्याने निरंतर आत्माभ्यास करावयास पाहिजे." (२·४३ व ४९)

बिन्दुनादौ महौषध्यौ विद्येते सर्वजन्तुषु ।
तावविज्ञाय सर्वेऽपि म्रियन्ते गुरुवर्जिताः ।। १३ ।।

अर्थ :– बिन्दू व नाद या दोनच मोठ्या औषधी आहेत. या दोन्ही गोष्टी सर्व प्राणिमात्रात विद्यमान आहेत. त्या जाणून घेतल्याखेरीज किंवा गुरुमुखाने त्यांचे माहात्म्य कळले नाही; तर सर्व प्राणी मृत्युवश होतात.

विवरण :– बिन्दू व नाद या दोन औषधींचे तत्त्व गुरूपासूनच समजून घेऊन त्यांचा अभ्यास करणे आवश्यक आहे; कारण सद्गुरू हा स्वतःच नाद, बिन्दू व कलारूप असून या तीन गोष्टींमध्ये अर्थात् गुरुरूप आत्मतत्त्वामध्ये तत्पर असणारा मनुष्य ब्रह्मरूप कसा होतो हे सांगताना श्रीस्वात्मारामयोगीन्द्र यांनी "हठयोगप्रदीपिका" या ग्रंथात असे म्हटले आहे की–

नमः शिवाय गुरवे नादबिन्दुकलात्मने ।
निरञ्जनपदं याति नित्यं यत्र परायणः ।। ४·१ ।।

नादबिन्दुकला हाच ज्याचा आत्मा आहे अशा शिवरूप गुरूला नमस्कार असो. जो या नादबिन्दुकलारूप गुरुतत्त्वामध्ये म्हणजे या तत्त्वाभ्यासात दररोज तत्पर राहतो म्हणजे त्यांच्याशी अभ्यासाने लय पावतो तो साधक शुद्ध अशा ब्रह्मपदाला प्राप्त होतो.

कासेच्या घंटेतून जो शब्द निघतो त्याला नाद म्हणतात, अनुस्वाराच्या शेवटी जो ध्वनी होतो त्याला बिन्दू म्हणतात आणि नादाच्या एकदेशतेला कला म्हणतात. या तीनही गोष्टी गुरूचे किंवा ईश्वराचेच रूप आहेत. अर्थात् गुरू किंवा ईश्वर म्हणजे गुरुरूप ईश्वर नादबिंदुकलारूपाने विद्यमान असतो. जो साधक नादबिंदुकलात्मक अशा शिवस्वरूप गुरूमध्ये दररोज तत्पर किंवा परायण असतो

म्हणजे नादानुसंधानाचा प्रतिदिन अभ्यास करून त्यात मन लीन करतो तो शिवाच्या आणि गुरूच्या मायोपाधिरहित अशा शुद्ध व निरंजन ब्रह्मपदाला प्राप्त होतो.

चालयेत्संवृतं वायुं भानुमग्निश्च धुक्ष्यति ।
ज्वलन्नसौ चलत्यस्माद्बीजश्चलति पार्वती ॥ १४ ॥

अर्थ :– हे पार्वती ! संवृत म्हणजे आवरणयुक्त वायूला चाळवावे. हा चलित वायू सूर्य व अग्नी यांना प्रदीप्त करतो. या दोहोंच्या संबंधाने तप्त झालेला वायू संचार करू लागतो व त्यामुळे बीज म्हणजे बिन्दू अर्थात् वीर्य चलित होते.

विवरण :– या श्लोकात महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी सूर्य व अग्नी यांच्या प्रदीप्तीकरणाच्या द्वारा शक्तीचे सुषुम्नेत चालन व्हावे व वीर्य ऊर्ध्वगामी होऊन साधक सिद्ध व्हावा म्हणून वायूला चाळविण्याची प्रक्रिया सांगितली आहे. या सर्वांचा साकल्याने उल्लेख करताना योगी श्रीस्वात्माराम यांनी ‘ हठयोग-प्रदीपिकेत ” असे म्हटले आहे की—

पार्ष्णिभागेन संपीड्य योनिमाकुञ्चयेद्गुदम् ।
अपानमूर्ध्वमाकृष्य मूलबन्धोऽभिधीयते ॥ ३ ६१ ॥
अधोगतिमपानं वा ऊर्ध्वगं कुरुते बलात् ।
आकुञ्चनेन तं प्राहुर्मूलबन्धं हि योगिनः ॥ ६२ ॥
गुदं पार्ष्ण्या तु सम्पीड्य वायुमाकुञ्चयेद्बलात् ।
वारं वारं यथा चोर्ध्वं समायाति समीरणः ॥ ६३ ॥
प्राणापानौ नादबिन्दू मूलबन्धेन चैकताम् ।
गत्वा योगस्य संसिद्धिं यच्छतो नात्र संशयः ॥ ६४ ॥
अपानप्राणयोरैक्यं क्षयो मूत्रपुरीषयोः ।
युवा भवति वृद्धोऽपि सततं मूलबन्धनात् ॥ ६५ ॥
अपाने ऊर्ध्वगे जाते प्रयाते वह्निमण्डलम् ।
तदाऽनलशिखा दीर्घा जायते वायुनाऽऽहता ॥ ६६ ॥
ततो यातो वह्न्यपानौ प्राणमुष्णस्वरूपकम् ।
तेनात्यन्तप्रदीप्तस्तु ज्वलनो देहजस्तथा ॥ ६७ ॥
तेन कुण्डलिनी सुप्ता सन्तप्ता सम्प्रबुध्यते ।
दंडाहता भुजंगीव निश्वस्य ऋजुतां व्रजेत् ॥ ६८ ॥
बिलं प्रविष्टेव ततो ब्रह्मनाड्यन्तरं व्रजेत् ।
तस्मान्नित्यं मूलबन्धः कर्तव्यो योगिभिः सदा ॥ ६९ ॥

टाचेने गुदद्वार व लिंगस्थान यामधील शिवण दाबून गुदद्वाराचा संकोच करावा व अपान वायूचे वर आकर्षण करावे. या क्रियेला मूलबन्ध म्हणतात. मूलाधाराचे आकुंचन करून अधोगती असलेल्या अपान वायूला जेव्हा बलाने ऊर्ध्वगामी केले जाते अर्थात् अपान वायूला सुषुम्नेमध्ये मार्गस्थ केले जाते त्यावेळी योगाभ्यासी त्याला मूलबन्ध म्हणतात. टाचेने गुदद्वार व लिंग यामधील शिवण दाबून अपान वायू ऊर्ध्वगती होऊन सुषुम्नेत प्रवेश करीपर्यन्त त्याचे पुनःपुन्हा बलाने आकुंचन करावे. मूलबन्धामुळे प्राण व अपान हे नाद व बिन्दू म्हणजे स्वाभाविक असा अनाहत नाद व वीर्य यांच्याशी एकरूप होऊन (सुषुम्नेमध्ये प्रविष्ट होऊन) योगाभ्यासी साधकाला योगाची सिद्धी उत्तम प्रकारे देतात; यात काही एक संशय नाही. मूलबन्धमुद्रा निरन्तर केल्याने अपान व प्राणाची एकता होते व देहातील मलमूत्राचे प्रमाण अत्यल्प होऊन वृद्ध मनुष्यही तरुण होतो. मूलबन्ध केल्याने अधोगामी अपान वायू जेव्हा ऊर्ध्वगामी होऊन अग्निमण्डलात पोहोचतो अर्थात् बेंबीच्या खालच्या भागात असलेला त्रिकोण जठराग्नीच्या मण्डलात प्रविष्ट होतो तेव्हा अपान वायूने ताडित झालेली जठराग्निशिखा दीर्घ होते म्हणजे वाढते. (या संबंधी याज्ञवल्क्यांनी असे म्हटले आहे की, मनुष्याच्या देहामध्ये असलेला अग्नी हा तप्त सुवर्णासारखा असून तो त्रिकोणाच्या आकाराचा आहे. पशूच्या देहामध्ये चौकोनी व पक्षांच्या देहामध्ये या अग्नीचा आकार गोल असतो या अग्नीच्या मध्यभागी सदैव सूक्ष्म अशी शिखा विद्यमान असते.) नंतर अग्नी व अपान हे अग्नीच्या दीर्घशिखेमुळे उष्णरूप झालेल्या ऊर्ध्वगती प्राणाला जेव्हा येऊन मिळतात त्यावेळी त्या प्राणवायूच्या समागमामुळे देहातील अग्नी अत्यन्त प्रज्ज्वलित किंवा प्रदीप्त होतो अर्थात् शरीरातील उष्णता खूप वाढते. या तिघांच्या एकीकरणाने उपस्थित झालेल्या प्रचंड अग्नीमुळे मूलाधारात निद्रिस्त असलेली कुंडलिनी शक्ती दंडाने प्रहार केलेल्या सर्पिणीप्रमाणे निःश्वास टाकून विशेष रीतीने जागृत होऊन सरळ किंवा कोमल होते. त्यानन्तर बिळात सर्पिणीने प्रवेश करावा त्याप्रमाणे ब्रह्मनाडीत म्हणजे सुषुम्नेमध्ये कुण्डलिनी शक्ती प्रवेश करते. यासाठी योगभ्यासी साधकाने नेहमी मूलबन्धाचा अभ्यास करणे आवश्यक आहे.

यो जानात्यनयोस्सारं सद्गुरोरुपदेशतः ।
कायक्लेशजराव्याधिपापमृत्युभयं कुतः ।। १५ ।।

अर्थ :–जो साधक सद्गुरूपदेशाने (नाद व बिंदु) या दोन्ही गोष्टींचे सार जाणून घेतो त्याला शारीरिक क्लेश, वार्धक्य, व्याधी, पाप व मृत्यू या गोष्टींचे भय कोठून राहील ?

निर्याते चित्तरागे व्रजति खररुचौ मेरुमार्गं समन्तात् ।
उद्रिक्ते वह्निभावे स्रवति शशधरे पूरयत्याशुकाये ॥
उद्यत्यानन्दवृन्दे त्यजति तव ममेत्यादि मोहान्धकारे ।
प्रोद्भिन्ने ब्रह्मरन्ध्रे जयति शिवशिवा सङ्गमः कोऽप्यपूर्वः ॥ १६ ॥

अर्थ :–चित्तातील विषयप्रीती कमी झाली असताना, सूर्य मेरुमार्गातून प्रदक्षिणा करीत असताना, अग्नी प्रदीप्त झाला असताना, चन्द्र आपल्या अमृत-धारांनी सम्पूर्ण देहाला भिजवीत असताना, त्यामुळे आनंद ओसंडत असताना, 'तुझे-माझे' इत्यादि प्रकारचा अहंकारजन्य मोहरूपी अंधकार नष्ट झाला असताना आणि ब्रह्मरन्ध्राचा भेद झाला असताना जो शिवशक्तीचा संगम होतो त्या स्थितीचा आनंद कोण वर्णील ? त्या स्थितीचा जयजयकार असो.

विवरण :- शिवशक्तीच्या संगमामुळे जी सामरस्यावस्था उपस्थित होते ती सिद्धयोगाची अंतिम फलनिष्पत्ती आहे ती स्थिती प्राप्त होताना देहात कोणत्या प्रक्रिया घडून येतात व या स्थितीच्या प्राप्तीमुळे निरतिशय आनंद कसा प्राप्त होतो याचे वर्णन वरील श्लोकात केले आहे. श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी "तैसें होय तिये मेळीं। मग सामरस्याचिया राउळीं। महासुखाची दिवाळी। जगेंसि दिसे ॥ ६·२८९ ॥" असे "ज्ञानेश्वरीत" सांगून या स्थितीच्या आनन्दाचे वर्णन केले आहे व पुढे याच ग्रंथात सामरस्याच्या स्थितीचे वर्णन करताना असे म्हटले आहे की–

मग तया मार्गाची धांव । पुरेल प्रवृत्तीची हांव ।
तेथ साध्यसाधन खेंव । समरसें होय ॥ ६.५९ ॥
जेथ पुढील पैसु पारुखे । मागील स्मरावें तें ठाके ।
ऐसिये सरिसीये भूमिके । समाधि राहे ॥ ६० ॥
परतोनि पाठिमोरें ठाके । आणि आपणियातें आपण देखे ।
देखतखेंवो वोळखे । म्हणे तत्त्व हें मी ॥ ६.३६६ ॥
तिये ओळखीचिसरिसें । सुखाचिया साम्राज्यीं बैसे ।
मग आपणपां समरसें । विरोनि जाय ॥ ३६७ ॥
जयापरतें आणिक नाहीं । जयातें इंद्रियें नेणती कहीं ।
तें आपणचि आपुलिया ठायीं । होऊनि ठाके ॥ ३६८ ॥
ते ऐक्याची आहे वोतिली । कीं नित्यतेचिया हृदयीं घातली ।
जैसी समरससमुद्रीं धुतली । रुळेचिना ॥ ८.६४ ॥
जें नानागतीतें पाववितें । तें चित्त वरील आत्मयातें ।

मग कवण आठवी देहातें। गेलें कीं आहे ? ।। ८३ ।।
पैं सरितेचेनि ओघें। सिंधुजळा मीनलें घोघें।
तें काय वर्तत आहे मागें। म्हणौनि पाहों येती ? ।। ८४ ।।
ना ते समुद्रचि होऊन ठेलें। तेविं चित्ताचे चैतन्य जाहालें।
जेथ यातायात निमालें। घनानंद जें ।। ८५ ।।
पाठीं समाधिश्रियेचा अशेखा। आत्मानुभव राज्यसुखा।
पट्टाभिषेकु देखा। समरसें जाहला ।। ९.२१८ ।।
तैसें माझिये साक्षात्कारीं। सरे अहंकाराची वारी।
अहंकारलोपीं अवधारीं। द्वैत जाय ।। ११.६९४ ।।
मग मी तो हें आघवें। एक मीचि आथी स्वभावें।
किंबहुना सामावे। समरसें तो ।। ३९५ ।।
द्वैताचा दुकाळु पाहे। साम्याचें सुयाणें होये।
जया ज्ञानाची सोये। ऐसें करी ।। १३.१७० ।।
समाधीचे शेजेपासीं। बांधोनि घाली ध्यानासी।
चित्त चैतन्य समरसीं। आंतु रते ।। ५१० ।।
जें देखलियाचि सवें। दृश्य द्रष्टा हें आघवें।
एकवट कालवे। सामरस्यें ।। ९३६ ।।

मग ह्या सहस्राराच्या ठिकाणी धारणा मार्गाची धाव न प्रवृत्तीची हाव संपते. या अवस्थेतच साध्य व साधना ही एकमेकाला मिठी मारून समरस अर्थात् एकरूप होऊन जातात. या ठिकाणीच पुढील पाऊल टाकणे बंद होते अर्थात् साधन संपते. मागील कशाचीही आठवण राहत नाही. अशा सामरस्यात्मक भूमीवरच समाधी राहते. (६-५९-६०)

(सिद्धयोग साधनाच्या अभ्यासामुळे) चित्त म्हणजे चेतन शक्ती कुंडलिनी (" चितिरेव चेतनपदादवरूढा चेत्यसंकोचिनी चित्तम् ।। ५ ।।" प्रत्यभिज्ञाहृदय ।। कुंडलिनी चिती शक्ती जेव्हा चेतन पदापासून खाली उतरून चैतन्याचा संकोच करते तेव्हा ती चित्त या नावाने ओळखली जाते.) आपली स्वाभाविक असलेली बहिर्मुख धाव टाकून जेव्हा अन्तर्मुख होते म्हणजे सुषुम्नेच्या मार्गाने ऊर्ध्वमुख होऊन परत पाठीमागे सहस्रारात आपल्या मूळ जागी येऊन आपणच आपल्याला पाहते म्हणजे शक्तीच्या संकोचाने प्राप्त झालेले जीवस्वरूप टाकून शिवस्वरूप होते त्याचवेळी त्याला म्हणजे शक्तिरूप जीवाला किंवा चित्ताला हे आत्मतत्त्वच

मी आहे अशी ओळख पटते. त्या ओळखीबरोबरच ते चित्त म्हणजे शक्ती सुखाच्या साम्राज्यावर बसते आणि त्यानन्तर मग ते आपल्या आपणातच समरस होऊन विरून जाते अर्थात् शक्तीच संकोचाचा त्याग करून शिवस्वरूप होते आणि ज्याच्यापेक्षा दुसरे अधिक काही नाही व ज्याला इंद्रिये कधीच जाणत नाहीत असे जे सामरस्यात्मक आत्मस्वरूप ते चित्त म्हणजे शक्ती आपणच आपल्या ठिकाणी होऊन राहते. (कारण ही शक्तीच शिव असते. "जो प्रियुचि प्राणेश्वरी" ॥ १·२ ॥ अमृतानुभव) (६·३६६ ते ३६८)

ही जी सामरस्यात्मकतेची प्रतीती आहे ती जणू काही ऐक्य रसाचीच ओतलेली आहे किंवा अविनाशीपणाच्या हृदयात घातलेली आहे की काय, किंवा ती प्रतीती समरसतेच्या पूर्णानन्द समुद्रात जणूकाही धुतली आहे. यामुळे (कामादिक मळांनी) ही (सामरस्यात्मक प्रतीती) मळत नाही. अनेक गतीला पाववणारे असे जे चित्त म्हणजे शक्ती आहे ती जर आत्म्याला वरील म्हणजे शिवाशी समरस होईल, तर मग देह गेला की आहे याची आठवण कोण करील ? असे पाहा, की नदीच्या ओघाने जे पाणी घों घों करीत समुद्रास जाऊन मिळते म्हणजे नदीचे जे पाणी समुद्राच्या पाण्याशी समरस होते किंवा एकरूप होते ते मागे काय चालले आहे म्हणून पाहण्याकरिता परतते काय ? नाही, ते समुद्रात मिळाल्यावर जसे समुद्रच होऊन राहते तसे चित्त म्हणजे शक्ती ही नित्य निरतिशयानंदघन चैतन्यस्वरूप झाली म्हणजे जन्ममरणाच्या यातायाती सहजच कायमच्या चुकतात. (८.६४, ८३ ते ८५)

त्यानंतर समाधीचे संपूर्ण ऐश्वर्य ज्या आत्मानुभवात आहे, त्या ब्रह्मात्मैक्यानुभवात्मक सामरस्यामुळे म्हणजे एकरसता झाल्यामुळे त्या आत्मानुभवाच्या राज्यसुखावरच त्या योग्याला पट्टाभिषेक होतो. (९.२१८)

त्याप्रमाणे माझा साक्षात्कार झाला म्हणजे अहंकाराची येरझारही अविलंबेकरून सदाचीच संपते व अहंकाराचा लोप झाल्यावर अर्थात् 'अ' म्हणजे शिव व 'हं' म्हणजे शक्ती यांचे सहस्रारात समरसीकरण झाल्यावर द्वैत निःशेषपणे नाहीसे होते. मग मी, तो व हे सर्व विश्व असा भेद निरन्तरचा नाहीसा होऊन केवळ सर्वत्र मीच म्हणजे एकमेवाद्वितीय परमात्मतत्त्वच स्वभावतः उर्वरित राहते. किंबहुना तो जीव ऐक्यबोधाने माझ्याशी समरस होतो म्हणजे जीवरूपाने संकुचित झालेली ती शक्ती आपला संकुचितपणाचा त्याग केल्याने शिवस्वरूप होते.

(११.६९४, ६९५)

अशा ज्ञानाची प्राप्ती झाली असता अशी स्थिती लाभते की, द्वैतरूपी दुष्काळाचा अभाव होतो व सर्वत्र समबुद्धिरूप अद्वैतबोधाचा सुकाळ होतो. जो समाधीच्या शेजेजवळ ध्यानाला बांधून टाकतो आणि चित्त म्हणजे चेतनशक्ती ("चितिरेव चेतनपदादवरूढा चेत्यसङ्कोचिनी चित्तम् ॥" प्रत्यभिज्ञाहृदय ॥ ५ ॥ कुण्डलिनी चितिशक्ती जेव्हा चेतनपदापासून खाली उतरून चैतन्याचा संकोच करते म्हणजे विषयांच्या द्वारा संकुचित होते तेव्हा ती चित्त या नावाने ओळखली जाते.) आणि चैतन्य म्हणजे सहस्रारस्थ शिव. यांच्या समरसतेत किंवा ऐक्यात अंतरीच रममाण होत असतो. अशी ऐक्यता पाहिल्याबरोबर म्हणजे अनुभविल्या-बरोबर द्रष्टा, दृश्य व दर्शन ही अवघी त्रिपुटी सामरस्यामुळे एकत्र कालविली जाते अर्थात् शिवशक्ती एकमेकांशी समरस झाल्यावर द्रष्टा शिव, दर्शन शक्ती व दृश्य पिंडब्रह्मांडयुक्त प्रपंच हे लीन होतात.

एक एवामरौघो हि राजयोगभिधानकः ।
लयादिभिस्समायुक्तश्चतुर्थो दीयते कथम् ॥ १७ ॥

अर्थ :– राजयोग नावाचा हाच एक अमरौघ म्हणजे अमृत प्रदान करणारा अर्थात् सहस्रारात शिवशक्तीचे सामरस्य घडवून आणणारा असा अमर प्रवाह किंवा मार्ग आहे. हठ, लय, मंत्र इत्यादि योगात जे प्रवृत्त झाले आहेत त्यांना हा चौथा योग (राजयोग) कसा व का द्यावा !

विवरण :– हठादि सर्व योग हे पौरुष प्रयत्नावर अवलंबून आहेत। मात्र राजयोगान्तर्गत सिद्धयोग हा कृपायोग असून सद्गुरूंनी शक्तिपात केल्यावर उत्थित कुण्डलिनी शक्तीकडून तो स्वतःच आपोआप होत असतो. " सर्वधर्मान्प-रित्यज्य मामेकं शरणं व्रज । अहं त्वा सर्वपापेभ्यो मोक्षयिष्यामि मा शुचः ॥ १८·६६ ॥" असे म्हणून सर्व धर्म व अधर्म या दोहोंचाही परित्याग करून केवळ मलाच शरण ये. मी तुला सर्व पापांपासून सोडवीन. तू शोक करू नकोस, अशी जी ग्वाही श्रीगोपालकृष्णनाथांनी श्रीमद्भगवद्गीतेत अर्जुनाला दिली आहे, त्यातच इतर योगात प्रवृत्त झालेल्या लोकांना हा सिद्धयोग कसा व का द्यावा या श्रीगोरक्षनाथांनी विचारलेल्या प्रश्नाचे उत्तर दडलेले आहे. याचा अर्थ असा की, " तमेव शरणं गच्छ सर्वभावेन भारत । तत्प्रसादात्परां शान्तिं स्थानं प्राप्स्यसि शाश्वतम् ॥ १८·६२ ॥ " या गीतोक्त श्रीगोपालकृष्णनाथांच्या म्हणण्याप्रमाणे आपला सर्व अहंकार सोडून देऊन सद्गुरुचरणी विनटल्याशिवाय या शक्तिपात योगमार्गाची प्राप्ती होत नाही। मग अंतिम फलप्राप्तीची गोष्ट तर खूपच दूर राहते.

यासाठीच या श्लोकात त्यांनी हे (जीवरूप साधक) अर्जुना ! त्याच ईश्वराला सर्व प्रकारे शरण जा (म्हणजे) त्याच्या प्रसादामुळे (सद्गुरूंची प्राप्ती होऊन त्यांनी शक्तिपातपूर्वक संक्रमित केलेल्या दैवीकृपेमुळे) सर्वोत्कृष्ट शांतीला आणि नित्य स्थानाला प्राप्त होशील; असा उपदेश केला आहे. या श्लोकाचा जो भावार्थ श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी "ज्ञानेश्वरीत" स्पष्ट केला आहे त्यात महायोगी श्रीगोरक्ष-नाथांनी उपरोक्त श्लोकात विचारलेल्या प्रश्नांच्या सर्व कक्षा अत्यंत अपूर्व रीतीने प्रकट झाल्या आहेत. ते म्हणतात—

तया अहं वाचा चित्त आंग । देऊनियां शरण रिग ।
महोदधी का गांग । रिगालें जैसें ।। १८·१३१९ ।।
मग तयाचेनि प्रसादें । सर्वोपशांतिप्रमदे ।
कांतु होऊनियां स्वानंदे । स्वरूपींचि रमसी ।। १३२० ।।
संभूति जेणें संभवे । विश्रांति जेथें विसंवे ।
अनुभूतिही अनुभवे । अनुभवा जया ।। १३२१ ।।
तिये निजात्मपदींचा रावो । होऊनि ठाकसी अव्ययो ।
म्हणे लक्ष्मीनाहो । पार्था तूं गा ।। १३२२ ।।

ज्याप्रमाणे गंगेचे पाणी सर्वार्थाने, सर्वांगाने व संपूर्णपणे सागराशी मिळून जाऊन तद्रूप होते त्याप्रमाणे अहंकार, वाचा, चित्त व शरीर ही त्या ईश्वराला सर्वस्वी अर्पण करून साधकाने शरण गेले पाहिजे. अशी नितांत शरणागती पत्करली म्हणजे त्याच्या कृपाप्रसादाने सद्गुरूंची प्राप्ती होते सद्गुरूंची प्राप्ती झाली म्हणजे ते आपल्या शक्तीचा संचार शिष्यामध्ये करून त्याला शक्तिपाताचा दिव्य प्रसाद देतात. या प्रसादाने साधकाची अनादी कालापासून निद्रिस्त असलेली आत्मसत्तारूप कुंडलिनी प्रमदा जागृत होते. जोपर्यंत ती झोपलेली असते तोपर्यंत नानाप्रकारच्या कामनांनी, भावनांनी, वासनांनी परिप्लुत झालेला जीव अनंत दुःखे भोगीत संसारचक्रामध्ये अनंत काळपर्यंत नानाप्रकारच्या योनींतून भ्रमण करीत फिरत असतो. परंतु ज्यावेळी सद्गुरूंकडून कृपेचा त्रिभुवनैकदुर्लभ प्रसाद मिळून प्रमदास्वरूप स्वशक्तीचे बहिर्मुख, अंतर्मुख होते त्यावेळी अनंत काळपर्यंत चाललेल्या सर्व कामनांच्या खेळाला खिळ पडून ती अनंत जन्मात पसरलेल्या आपल्या अनंत कामनांचा पसारा गोळा करून शांत होत जाते. तिला सुषुम्नेचा नवा मार्ग मिळतो. मग ती आपल्या पतीला भेटण्यासाठी उत्सुक होऊन तीव्र गतीने मार्गक्रमण करू लागते. असे घडले म्हणजे इतके दिवस आपले पतिस्वरूप

म्हणजे शिवस्वरूप विसरलेली जीवरूपी शक्ती आपण शिवस्वरूप आहोत हा अनुभव घेऊन स्वस्वरूपींच रममाण होते. या आत्मस्वरूपावरच त्याच्या निजांगभूत शक्तीमुळेच उत्पत्ती व स्थिती होत असते. यालाच उभारणी किंवा प्रसवक्रम म्हणतात. ज्यावेळी शक्ती जागृत होते तेव्हा प्रतिप्रसवक्रमाने लय किंवा संहारणी होऊन जीव आत्मस्वरूपात विश्रांती घेतो. हेच जीवाच्या विश्रांतीचे किंवा विसाव्याचे खरे ठिकाण असते.

मृदुमध्याधिमात्रश्च अधिमात्रतरस्तथा ।
चतुर्धा साधको ज्ञेयस्तत्सोपानमिहोच्यते ॥ १८ ॥

अर्थ :– मृदू, मध्य, अधिमात्र व अधिमात्रतर असे साधकांचे चार प्रकार आहेत. त्यांची लक्षणे व अधिकार सांगतो.

मन्दोत्साही मन्दरागी पराधीनो विदूषकः ।
व्याधिस्थो हीनसत्वश्च गृहवासी मृदुः स्मृतः ॥१९॥

अर्थ :– उत्साह कमी असलेला, योगमार्गाविषयी प्रेम नसलेला, पराधीन, चंचलवृत्तीचा, रोगी, सत्वगुण अत्यन्त कमी असलेला आणि घरातच रमणारा असा जो साधक असतो त्याला "मृदू साधक" असे म्हणतात.

समबुद्धिः समाभ्यासी समकायः समाश्रयः ।
मध्यस्थः सर्वकार्येषु मध्यसत्वोऽभिधीयते ॥ २० ॥

अर्थ :–समबुद्धी असलेला, योग्य अभ्यास करणारा, प्रमाणबद्ध व निर्दोष शरीर असणारा, चांगल्याचा किंवा योग्य लोकांचा आश्रय असलेला अगर चांगले घर असणारा आणि सर्व कार्यात मध्यमवृत्ती ठेवणारा किंवा सुवर्णमध्य गाठणारा असा जो साधक असतो त्याला "मध्य साधक" असे म्हणतात.

क्षमावीर्यनयैर्युक्तो वयस्थस्सत्ववानपि ।
स्वाधीनश्च खरश्शूरस्सोऽधिमात्रो निगद्यते ॥ २१ ॥

अर्थ :–क्षमा, पौरुष व नीती यांनी युक्त असलेला, तारुण्य व आरोग्यदृष्ट्या योग्य अशा वयाचा, सत्ववान्, कणखर व शूर असा जो साधक असतो त्याला "अधिमात्र साधक" असे म्हणतात.

सर्वशास्त्रकृताभ्यासो मनोज्ञो वीर्यशौर्यवान् ।
निर्मोहस्सर्वसम्पन्नो निर्विकारो महाश्रयः ॥ २२ ॥

अर्थ :- सर्व शास्त्रांचा अभ्यास केलेला, उदार व सुंदर मनाचा, वीर्य व शौर्य यांनी युक्त असलेला, निर्मोह म्हणजे लोभ, मोह व आसक्तिरहित असलेला, सर्वसंपन्न म्हणजे सर्व प्रकारची अनुकूलता असणारा, निर्विकार म्हणजे काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद, मत्सरादि विकारांपासून सुटलेला आणि ज्याला महापुरुषाचा आश्रय प्राप्त झाला आहे असा जो साधक असतो त्याला "अधिमात्रतर साधक" असे म्हणतात.

अधिमात्रतरस्सोऽपि महाकायः प्रवर्तते ।
तरन्ति च भवाम्भोधिं तारयन्ति परानपि ।। २३ ।।

अर्थ :-जो अधिमात्रतर साधक असतो त्याचे शरीर अत्यन्त सुदृढ असते. या स्तरावर असणारे साधक स्वतः तर संसारसागरातून तरून जातातच, परन्तु ते दुसऱ्यांनाही या भवसागराच्या पैलतीराला नेऊन पोहोचवितात.

मृदवे दीयते मंत्रो मध्याय लय उच्यते ।
अधिमात्रे हठं दद्यादमरौघो महेश्वरे ।। २४ ।।

अर्थ :-मृदुसाधकाला मंत्रयोग दिला जातो म्हणजे द्यावा, मध्यसाधकास लययोग द्यावा, अधिमात्रसाधकाला हठयोग सांगावा आणि महेश्वरसाधकास म्हणजे अधिमात्रतरसाधकास अमरौघयोग म्हणजे राजयोगान्तर्गत सिद्धयोग किंवा शक्तिपातयोग अगर महायोग सांगावा.

तत्र मंत्रम्:—

अह (ॐ) मिति एकाक्षरं मंत्रं तच्चसप्रणवादिकम् ।
शिवं शम्भुं हृदि ध्यात्वा द्वादशे भिन्नमण्डले ।। २५ ।।

आता मंत्रयोग सांगतात :—

अर्थ :-ॐ असा एकाक्षरी मंत्र किंवा ॐ सह एखादा एकाक्षरी मंत्र जपावा. हा जप करताना शिवशंभुराजाच्या हृदयात आणि द्वादश भिन्न मण्डलात ध्यान करावे.

विवरण :-या श्लोकात महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी ॐ असा एकाक्षरी मंत्र किंवा ॐसह एखादा एकाक्षरी मंत्र जपावा असे सांगून मंत्रयोगाच्या आश्रयाने अमरौघ प्रबोधाची म्हणजे सुषुम्नामार्गाने ऊर्ध्वगामी होणाऱ्या कुण्डलिनी शक्तीच्या प्रवाहाची प्रकर्षाने अनुभूती घ्यावी म्हणून सांगितले आहे. महर्षी

पतंजलींनी योगदर्शनात (योगसूत्रात) समाधिपादात उपरोक्त मंत्रयोगाचा व त्याच्या फलाचा उल्लेख करताना "तस्य वाचकः प्रणव· ॥१·२७॥," तज्जपस्तदर्थभावनम् ॥२८॥" आणि "ततः प्रत्यक्चेतनाधिगमोऽप्यन्तरायाभावश्च ॥२९॥" अशी तीन महत्त्वाची सूत्रे कथन केली आहेत. त्या ईश्वराचे वाचक म्हणजे नाव प्रणव अगर ॐकार आहे आणि त्या ॐकाराचा जप व त्याच्या अर्थस्वरूप परमेश्वराचे चिन्तन केले पाहिजे, हे त्यांनी पहिल्या दोन सूत्रात स्पष्ट करून या मंत्रयोगाच्या साधनामुळे अर्थात् ॐकाराच्या जपामुळे व त्याच्या अर्थस्वरूप परमात्म्याच्या ध्यानामुळे सर्व विघ्ने दूर होतात आणि आत्मचेतनशक्ती कुण्डलिनी जागृत होऊन म्हणजे अनादि कालापासून सुप्त असलेल्या चैतन्यशक्तीचे जागरण होऊन अन्तरात्म्याच्या स्वरूपाचे ज्ञान होते, हे तिसऱ्या सूत्रात स्पष्ट केले आहे. महासिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांच्या ॐकाराच्या मंत्रजपाचे हे रहस्य, त्याच्या फलासहित उद्‌घाटित करताना, श्रीज्ञानेश्वरमहाराजांनी "ज्ञानेश्वरीत" 'ॐतत्सदिति निर्देशोब्रह्मणस्त्रिविधः स्मृतः। ब्राह्मणास्तेन वेदाश्च यज्ञाश्च विहिताः पुरा ॥ १७·२३ ॥" या श्रीमद्‌भगवद्‌गीतेतील श्लोकावरील भावार्थात आपल्या सहजसुंदर अशा काव्यमय भाषेत प्रकट करून, स्पष्ट केले आहे. ते म्हणतात, "परब्रह्म अनादि असून ते जगताच्या उत्पत्ती, स्थिती आणि लयादि सर्वांचे विश्रांतिस्थान किंवा अधिष्ठान आहे. त्याचे एकच नाव तीन प्रकारचे आहे. खरोखर पाहिले असता ब्रह्म हे नाम व जाती इत्यादि गोष्टींनी रहित असे आहे. परंतु अज्ञानरूपी अंधकारात असणाऱ्या अज्ञानी लोकांनी ब्रह्मास ओळखावे म्हणून श्रुतिमाउलींनी जी खूण केली, तेच त्या ब्रह्माचे नाम होय. नुकतेच जन्माला आलेले मूल आपल्या जन्माबरोबर आपले नाव काही घेऊन येत नाही; परंतु त्याचे नाव ठेवून त्या नावाने त्याचे आईवडील त्याला हाक मारू लागले की ते 'ओ' देत उठते, हे प्रत्यक्ष आहे. त्याचप्रमाणे जन्मजन्मान्तरी संसारात अनेक कष्ट भोगून शिणलेले जीव जेव्हा वेदांकडे आपल्या शिणाचे गाऱ्हाणे सांगण्यास आले, तेव्हा त्या जीवांना वेदांनी संकेत केलेल्या ज्या नावाने हाक मारल्यास ते ब्रह्म ओ देत उठते, तोच ब्रह्माचा हा संकेत म्हणजे नामरूपी खूण होय. ब्रह्माचा व जीवाचा म्हणजे शिवाचा व शक्तीचा फार दिवसांचा अबोला फिटावा म्हणजे अबोध किंवा दुरावा नाहीसा व्हावा आणि ऐक्यपणाने म्हणजे अद्वैतपणाने, समरसतेने किंवा सामरस्याने त्या ब्रह्माची जीवास भेट व्हावी म्हणून वेदरूपी पित्याने कृपावन्त होऊन ब्रह्माचा हा नाममंत्र शोधून काढला. मग वेदाने सांगितलेल्या ज्या एका नाममंत्राने

किंवा नामजपाने ब्रह्मास कौतुकाने किंवा प्रेमाने आळविले असता ते अज्ञानाच्या मागे असूनही म्हणजे मल, विक्षेप व आवरणाच्या अवगुंठनात लपलेले असले तरीही (या नाममंत्राच्या सामर्थ्यामुळे सहज पुढे उभे राहते म्हणजे साक्षात्कारात्मक प्रत्यक्ष ज्ञान होते.) परंतु जे साधकयोगी वेदरूपी पर्वताच्या शिखरावर असलेल्या उपनिषदाच्या अर्थरूपी नगरात आहेत म्हणजे जे श्रोत्रिय व वेदशास्त्रसंपन्न आहेत आणि जे ब्रह्माच्या एका पंक्तीस आहेत म्हणजे जे ब्रह्मनिष्ठ व अनुभूतिसंपन्न आहेत त्यासच हे नाममाहात्म्य किंवा हा मंत्रयोगाचा महिमा कळतो. हेही राहू दे. ब्रह्मदेवामध्ये सृष्टी उत्पन्न करण्याची जी शक्ती आहे ती ह्या नामाच्या अर्थात् ॐकाराच्या आवर्तनाने किंवा उच्चारानेच त्यास प्राप्त झाली आहे. सृष्टी उत्पन्न करण्याच्या पूर्वी ब्रह्मदेव एकटाच वेड्यासारखा गोंधळलेला असा होता. ब्रह्मदेवाची मज ईश्वरापासूनच उत्पत्ती झाली; परंतु तो मला ईश्वरालाही ओळखीत नव्हता आणि (सामर्थ्याच्या अभावामुळे सृष्टीही उत्पन्न करू शकत नव्हता. अशा स्थितीत (ॐकाराच्या) एका नावाच्या उच्चाराने मी त्यास ती योग्यता देऊन समर्थ केला. या (ॐकाराच्या) नामाच्या अर्थाचे अंतःकरणात चिंतन केल्यामुळे व ब्रह्मबोधक तीन अक्षरांचा जप केल्यामुळे त्या ब्रह्मदेवास सृष्टी उत्पन्न करण्याची योग्यता आली. अशा प्रकारे ज्या नाममंत्राने ब्रह्मदेवास एवढ्या प्रचंड शक्तीने श्रेष्ठ व समर्थ केले त्याचे स्वरूपलक्षण असे आहे सर्व मंत्रांचा राजा असलेला जो श्रेष्ठ असा ॐकार तो ईश्वराच्या नामातील मूळ अक्षर होय असे समजा. 'तत्' कार हे दुसरे व 'सत्' कार हे तिसरे अक्षर होय. याप्रमाणे "ॐ तत्सत्" या रूपाने ब्रह्माचे हे नाव तीन प्रकारचे आहे; आणि उपनिषदाचे हे जे नामरूपी सुंदर पुष्प आहे त्याचा (हे अर्जुनरूपी साधका) तू वास घे म्हणजे या नाममंत्र-जपाश्रयाने तू स्वस्वरूप प्राप्ती करून घे." (ज्ञानेश्वरी १७.३२८ ते ३४३)

उपरोक्त (क्र. २५) श्लोकाच्या उत्तरार्धात हा जप करताना साधकाने शिवशंभुराजाच्या हृदयात आणि द्वादश भिन्न मंडलात ध्यान करावे म्हणून महा-सिद्धयोगी श्रीगोरक्षनाथ यांनी सांगितले आहे. शिवशंभुराजाच्या हृदयात म्हणजे आज्ञाचक्रात ध्यान करणे होय; कारण "तदेव हृदयं नाम सर्वशास्त्रादि सम्मतम् । अन्यथा हृदि किञ्चास्ति प्रोक्तं यत् स्थूलबुद्धिभिः ॥" असे 'योगस्वरोदय" ग्रंथात म्हटले आहे. आज्ञाचक्रच सर्वशास्त्रसंमत असे हृदय आहे, जे लोक स्थूल बुद्धीचे असतात ते अन्यस्थलाला म्हणजे वक्षस्थललाच हृदय म्हणतात, हे येथे स्पष्ट झाले आहे. त्याचप्रमाणे द्वादश भिन्न मंडलाच्या पुढील स्पष्टीकरणामुळेही हृदय म्हणजे काय हे स्पष्ट होईल.

विज्ञानभैरव ग्रंथात सर्व विषयांपासून मन किंवा चित्त हटवून ते स्थिर करण्या-करिता ज्या ११२ धारणांचा अर्थात् प्रक्रियांचा विचार केला आहे त्यातील ७ व्या धारणेत उपरोक्त द्वादश भिन्न मंडलाच्या ध्यानाचा विचार शास्त्रकारांनी पुढीलप्रमाणे प्रस्तुत केला आहे.

क्रमद्वादशकं सम्यग् द्वादशाक्षरभेदितम् ।
स्थूलसूक्ष्मपरस्थित्या मुक्त्वा मुक्त्वाऽन्ततः शिवः ॥ ३७ ॥

जन्माग्र म्हणजे गुदाधार, मूल म्हणजे मूलाधार, कन्द, नाभी, हृदय, कण्ठ, तालू, भ्रूमध्य, ललाट, ब्रह्मरन्ध्र, शक्ती आणि व्यापिनी ही बारा चक्रे किंवा आधार द्वादश स्थानांच्या नावांनी प्रसिद्ध आहेत. ही द्वादश स्थाने क्रमशः एक दुसऱ्याच्या वर ऊर्ध्वस्थानी आहेत. यातील प्रत्येक चक्राचे स्थान व स्वरूप उत्तम रीतीने समजावून घेऊन त्या ठिकाणी 'अ' कारापासून 'अः' च्या विसर्गा-पर्यन्तच्या स्वरांचे ध्यान केले पाहिजे अ, आ, इ, ई, उ, ऊ, ऋ, ॠ, ऌ, ॡ, ए, ऐ, ओ, औ, अं, अः असे एकूण सोळा स्वर आहेत. त्यातील ऋ, ॠ, ऌ, ॡ, हे चार स्वर षण्ढ म्हणजे नपुंसक आहेत असे तन्त्रशास्त्रात म्हटले आहे त्यामुळे ध्यान इत्यादि गोष्टीत त्यांचा उपयोग केला जात नाही. वरील सोळा स्वरांमधून हे चार षण्ढ स्वर काढून टाकल्यावर त्यांची संख्या १२ इतकी शिल्लक राहते. वर जी बारा चक्रांची नावे व स्थाने सांगितली आहेत त्या त्या ठिकाणी क्रमशः या बारा स्वरांचे ध्यान केले पाहिजे. मृत्युञ्जयभट्टारकाच्या (नेत्रतन्त्राच्या) ६-८ अधिकारामध्ये हे ध्यान स्थूल, सूक्ष्म व पर अशा त्रिविध पद्धतीने कसे करावे याचे विस्ताराने वर्णन आले आहे. योगी जेव्हा आपल्या दृढ संकल्पाने या ध्यानांचा अभ्यास करीत करीत स्पष्टरूपाने दिसणाऱ्या स्थूल वस्तूचे ध्यान सोडून देऊन स्पन्दावस्थेमध्ये विद्यमान असलेल्या सूक्ष्म वस्तुच्या ध्यानात प्रविष्ट होईल आणि पुढे पुढे सूक्ष्म ध्यान सोडून देऊन ज्योतिर्मय अशा परवस्तुच्या ध्यानात निमग्न होईल तेव्हा शेवटी अशा प्रकारच्या अभ्यास पद्धतीमुळे तो परमार्थरूपाने सर्वत्र प्रकाशित होत असलेल्या कल्याणमय स्वात्मस्वरूपामध्ये प्रतिष्ठित होतो अर्थात् तो स्वतःच शिवस्वरूप होऊन जातो.

प्राण आणि अपान यांच्या गतीची ज्या स्थानावर उत्पत्ती होते किंवा जेथे जाऊन ती गती थांबते त्याला हृदय किंवा द्वादशान्त असे म्हणतात. बाह्य आणि आन्तर शिवाला द्वादशान्त म्हणतात आणि द्वादशान्ताच्या भेदामुळे शक्तीला द्वादशान्ताची स्थिती असे मानले जाते. कधी कधी शून्यातिशून्य मध्यधाम

अर्थात् सुषुम्नानाडीलाच द्वादशान्त असे म्हटले जाते. "तंत्रालोकाच्या" अध्याय ५ श्लोक ७१ च्या टीकेमध्ये "सर्वनाडीनामग्रगोचरे प्रधाने पार्यन्तिके वा विषये द्वादशान्ते।" असे म्हणून सर्व नाड्यांच्या अग्रभागात द्वादशान्ताची स्थिती मानली जाते.

उपरोक्त विवेचनावरून "शिवं शम्भुं हृदि ध्यात्वा द्वादशे भिन्न मण्डले" याचा व्यापक अर्थ स्पष्ट होऊन मंत्रजप करताना साधकाने द्वादशभिन्न मण्डलात म्हणजे हृदयात ध्यान कसे करावे हे स्पष्ट होईल.

एकलक्षजपान्मृत्युं नाशयेदतिदारुणम् ।
दशांशं हवनं कृत्वा क्षौद्रक्षीरघृताम्बुजैः ।। २६ ।।

अर्थ :– वरील प्रकारे एकलक्ष जप केला असता अत्यन्त दारुण असा मृत्यूही टळतो. अशा प्रकारची जपसंख्या पूर्ण झाल्यानन्तर मध दूध, तूप किंवा कमळांनी दशांश हवन करावे.

अथ लयः––

कामरूपे शिवं देवं लिङ्गाभं मणिसन्निभम् ।
स्रवन्तं चामृतरसं यो ध्यायेन्निजविग्रहे ।। २७ ।।
निरन्तरकृताभ्यासात्षण्मासात् सिद्धिभाग्भवेत् ।
वलीपलितनिर्मुक्तो जीवेदब्दशतत्रयम् ।। २८ ।।

आता लययोग सांगतातः—

अर्थः–कामरूपात तेजस्वी मण्यासारख्या तेजस्वरूप शिवलिंगाचे ध्यान करावे. ते लिंग अमृतस्राव करणारे आहे. जो साधक स्वतःच्या देहात असे ध्यान निरंतर करतो त्याला सहा महिन्यात सिद्धींचा लाभ होतो. अशा प्रकारच्या ध्यानाच्या सतत अभ्यासाने अंगावरील सुरकत्या, केस गळणे वगैरे नाहीसे होऊन साधक तीनशे वर्षे जगेल.

अथ हठः—

पादमूलेन वामेन योनिं सम्पीडय दक्षिणम् ।
प्रसारितं पदं धृत्वा कराभ्यां पूरयेन्मुखे ।। २९ ।।
कण्ठे बन्धं समारोप्याधाराद्वायुमूर्ध्वतः ।
यथा दण्डाहतस्सर्पो दण्डाकारः प्रजायते ।। ३० ।।

ऋजुभूता तदा शक्तिः कुण्डली सहसा भवेत् ।
तदासौ मरणावस्था जायते द्विपुटाश्रिता ।। ३१ ।।
महारोगा महाक्लेशा जीर्यन्ते मरणादयः ।
महामुद्रांच तेनैनां वदन्ति विबुधोत्तमाः ।। ३२ ।।

आता हठयोग सांगतात :—

अर्थ :— डाव्या पायाच्या टाचेने योनिसम्पीडन करावे म्हणजे गुदद्वार व लिंग यांच्यामधील शिवणीवर मध्यभागी टाच दाबून धरावी. त्यानंतर उजवा पाय लांब पसरून तो तळव्याच्या बाजूने दोन्ही हातांनी धरावा किंवा दोन्ही हातांच्या तर्जनीने उजव्या पायाचा अंगठा धरावा आणि मुखाने वायू आत खेचून घ्यावा अर्थात् पूरक करावा. यानंतर कण्ठबंधन अर्थात् जालधरबंध करून मूलाधारापासून वायू वर खेचून घ्यावा अर्थात् तो सुषुम्नेमध्ये धारण करावा त्यामुळे काठीने सापाला मारल्यावर तो साप ज्याप्रमाणे काठीसारखा ताठ उभा राहतो त्याप्रमाणे आधारशक्तिरूप कुंडलिनीही तत्काळ सरळ होते याचा अर्थ असा की. वरील प्रक्रियेमुळे प्राणवायू म्हणजेच मूलाधारात सुप्तवत् पडलेली कुंडलिनी शक्ती आपल्या वक्रतेचा अर्थात् इडापिंगलारूप संसारमार्गाचा त्याग करून सुषुम्नेमध्ये सरळपणे प्रवेश करते. यावेळी इडा व पिंगला या दोन पुटाच्या आश्रयाने राहणारी अर्थात् बहिर्मुखतेने संसारोन्मुख होऊन जन्ममरणचक्ररूप बाह्यतः जागृत अवस्था भोगणारी कुंडलिनी शक्ती अंतर्मुखतेने जागृत होऊन सुषुम्नामार्गाने ऊर्ध्वमुख झाली की, इडापिंगलेतून वाहणाऱ्या प्राणांचा वियोग झाल्याने ती मृतप्राय होते अर्थात् संसारविमुख होते. या मुद्रेमुळे महान् व्याधी, दुःखे आणि मरणादि अवस्था यांचा नाश होतो. त्यामुळ या मुद्रेला योगिजन व ज्ञानी लोक महामुद्रा असे म्हणतात

विवरण :– " घेरण्ड संहितेत " वरील महामुद्रेचे वर्णन करताना असे म्हटले आहे की—

पायुमूलं वामगुल्फे संपीड्य दृढयत्नतः ।
याम्यपादं प्रसार्याथ करेधृत पदांगुलः ।। ३.६ ।।
कण्ठं संकोचनं कृत्वा भ्रुवोर्मध्ये निरीक्षयेत् ।
महामुद्राभिधामुद्रा कथ्यते चैव सूरिभिः ।।७।।

डाव्या टाचेने गुदप्रदेश म्हणजे गुदद्वार व लिंग यांना जोडणाऱ्या शिवणीचा मध्यभाग दाबावा व उजवा पाय लांब पसरून त्याचा अंगठा दोन्ही हातांच्या तर्जनीने पकडावा. त्यानंतर कंठाचे संकोचन करून अर्थात् जालन्धरबन्ध करून दृष्टी भुवयांच्या मध्यभागी लावावी या मुद्रेला महामुद्रा म्हणतात.

महामुद्रा ही मूलबन्ध, जालन्धरबन्ध व शांभवीमुद्रा या तीन मुद्रांचे सम्मिलित रूप आहे. याकरिता महामुद्रा करण्यापूर्वी या तीन मुद्रांचा अभ्यास नेहमी बसलेल्या स्थितीतच केला पाहिजे.

योगचूडामणी उपनिषदात महामुद्रेचे वर्णन करताना असे म्हटले आहे की–

शोधनं नाडिजालस्य चालनं चन्द्रसूर्ययोः ।
रसनां शोषणं चैव महामुद्राभिधीयते ॥ ६५ ॥
वक्षोन्यस्तहनुः प्रपीडय सुषिरं योनिं च वामाङ्घ्रिणा
हस्ताभ्यामनुधारयन् प्रसरितं पादं तथा दक्षिणम् ।
आपूर्य श्वसनेन कुक्षियुगलं बद्‌ध्वा शनै रेचये–
देतद्‌व्याधिविनाशिनी सुमहती मुद्रा नृणां प्रोच्यते ॥ ६६ ॥
चन्द्रांशेन समभ्यस्य सूर्यांशेनाभ्यसेत् पुनः ।
या तुल्या तु भवेत् संख्या ततो मुद्रां विसर्जयेत् ॥ ६७ ॥

शरीरातील सर्व नाड्यांची शुद्धी, चंद्रसूर्यांचे चालन म्हणजे इडापिंगलांच्या किंवा शुक्ररजाच्या एकीकरणाची प्रक्रिया आणि शरीरातील वातपित्तादि सर्व दुष्ट रसांचे शोषण म्हणजेच महामुद्रा होय. हनुवटी कंठकूपात ठेवून प्रथम जालंधरबंध करून नंतर डाव्या पायाच्या घोट्याने योनिस्थान म्हणजे लिंग व गुदा यांच्या मध्यावरील भाग घट्ट दाबून धरावा. त्यानंतर लांब पसरलेल्या उजव्या पायाचा अंगठा दोन्ही हाताने धरून डाव्या नाकपुडीने श्वास आत घेऊन त्याने डावी व उजवी कूस पूर्णपणे भरून घेऊन कुंभक करावा आणि कुंभक पूर्ण झाल्यावर उजव्या नाडीने हळूहळू रेचक करावा. ही महामुद्रा सर्व रोगांचा नाश करणारी आहे असे महात्म्यांचे म्हणणे आहे. अशा रीतीने इडापिंगलेने समसंख्य प्राणायाम करून ही मुद्रा विसर्जित करावी.

महामुद्राकृता येन साधकाय प्रसिद्ध्यति ।
कथ्यतेऽसौ महाबन्धो जरामरणनाशकः ॥ ३३ ॥

अर्थ :–ज्या साधकाने ही महामुद्रा केली व ज्याला ती उत्तम रीतीने साधली तो साधक खूप प्रसिद्ध होतो. आता वार्धक्य व मरण या दोन गोष्टी नाहीशा करणाऱ्या महाबंधाचे विवेचन करतो.

विवरण :– या श्लोकात महामुद्रेचे माहात्म्य कथन करून पुढील विषयाचे उद्‌घाटन म्हणजे महाबंध कथन करणार असल्याचे महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी स्पष्ट केले आहे. "योगचूडामण्युपनिषदातही" महामुद्रेचे माहात्म्य सांगताना असे म्हटले आहे की–

नहि पथ्यमपथ्यं वा रसाः सर्वेऽपि नीरसाः।
अतिभुक्तं विषं घोरं पीयूषमिव जीर्यते ॥ ६८ ॥
क्षयकुष्ठगुदावर्तगुल्माजीर्णपुरोगमाः।
तस्य रोगाः क्षयं यान्ति महामुद्रां तु योऽभ्यसेत् ॥ ६९ ॥
कथितेयं महामुद्रा महासिद्धिकरी नृणाम्।
गोपनीया प्रयत्नेन न देया यस्य कस्यचित् ॥ ७० ॥

या मुद्रेला पथ्यापथ्य असे काहीही नाही. हिचा अभ्यास केला असता मधुर इत्यादि सर्व रस नीरस वाटतात आणि अत्यन्त तीव्र विषही अमृताप्रमाणे लागते व पचते म्हणजे त्याचा कोणताही दुष्परिणाम शरीरावर होत नाही. क्षय, कुष्ठ, उदावर्त म्हणजे आतड्याचा रोग, गुल्म व अजीर्णजन्य व्याधी या मुद्रेचा अभ्यास करणाऱ्या साधकाला होत नाहीत. ही सर्व सिद्धी देणारी महामुद्रा प्रयत्नाने गुप्त ठेवावी. ती अनधिकाऱ्याला सांगू नये.

वरील ३२ व्या व ३३ व्या श्लोकात महामुद्रा कशी करावी, तिचे कार्य काय, ती केल्याने कोणते परिणाम घडून येतात आणि तिची फलनिष्पत्ती कोणती याचे वर्णन महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी थोडक्यात केले आहे. "ब्रह्मयामल" या ग्रंथात या विषयाचे सांगोपांग वर्णन पुढीलप्रमाणे केले आहे.

पादमूलेन वामेन योनिं सम्पीड्य दक्षिणम्।
पादं प्रसारितं कृत्वा कराभ्यां धारयेद्दृढम् ॥ १ ॥
कण्ठेवक्त्रं समारोप्य धारयेद्वायुमूर्ध्वतः।
यथादण्डाहतः सर्पो दण्डाकारः प्रजायते ॥ २ ॥
ऋज्वीभूता तथा शक्तिः कुण्डली सहसा भवेत्।

तदासामरणावस्था जायते द्विपुटाश्रिता ॥ ३ ॥
तदा शनैःशनैःरेच रेचयेतं नवेगतः ।
इयं खलुमहामुद्रा तवस्नेहात् प्रकाश्यते ॥ ४ ॥
अनेनविधिना योगी मन्दभाग्योऽपि सिध्यति ।
सर्वासामेवनाडीनां चालनं बिन्दुमारणम् ॥ ५ ॥
जारणं तु कषायाणां पातकानां विनाशनम् ।
सर्व रोगोपशमनं जठराग्निविवर्धनम् ॥ ६ ॥
वपुषः कान्तिममलां जरामृत्यु विनाशनम् ।
वाञ्छितार्थ फलं सौख्यमिन्द्रियाणां च मारणम् ॥ ७ ॥
एतदुक्तानि सर्वाणि योगारूढस्य योगिनः ।
भवेदभ्यासतोवश्यं नात्रकार्या बिचारणा ॥ ८ ॥
गोपनीया प्रयत्नेन मुद्रेयं सुरपूजिते ।
यां तु प्राप्यभवाम्भोधेः पारंगच्छन्ति योगिनः ॥ ९ ॥
मुद्राकामदुघाह्येषा साधकानां मयोदिता ।
गुप्ताचारेण कर्तव्या न देया यस्यकस्यचित् ॥ १० ॥
महाक्लेशादयो दोषाः क्षीयन्ते मरणादयः ।
महामुद्रातु तेनैव समाख्याता महेश्वरि ॥ ११ ॥
चन्द्रांगेन समभ्यस्य सूर्यांगेन समभ्यसेत् ।
यावत्संख्याभवेत्तस्या ततः संख्यां विसर्जयेत् ॥ १२ ॥
नहि पथ्यमपथ्य वा रसाः सर्वेऽपिनीरसाः ।
अपि भुक्तं विषंघोरं पीयूषमिव जार्यति ॥ १३ ॥
क्षयकुष्ठ गुदावर्त गुदप्लीह पुरोगमाः ।
तस्यदोषाः क्षयंयान्ति महामुद्रां च योभ्यसेत् ॥ १४ ॥
कथितेयं महामुद्रा जरामरण नाशिनी ।
गोपनीया प्रयत्नेन न देयायस्यकस्यचित् ॥ १५ ॥

डाव्या पायाच्या टाचेने शिवणी दाबून उजवा पाय लांब करून दोन्ही हातांनी तो मजबूत धरून ठेवावा. कंठकूपात हनुवटी रोवून (भुवयांमध्ये दृष्टी ठेवावी) आणि वायुगती ऊर्ध्व अर्थात् सुषुम्नागामी ठेवावी म्हणजे कुंभक करून वायु सुषुम्नेत स्थिर करावा. काठीने डिवचलेला किंवा ताडित केलेला साप जसा काठीसारखा सरळ होतो तशी (उपरोक्त प्रक्रियेमुळे) कुंडलिनी शक्ती

एकदम लगेच सरळ होते. (या स्थितीत) दोन्ही नाकपुड्या कुंभकामुळे बंद (वायुरहित) असल्यामुळे प्राण व्याकूळ होऊन त्यावेळी साधकाची मरणावस्थेसारखी स्थिती होते. यावेळी साधकाने अगदी सावकाश म्हणजे हळूहळू रेचक करावा अर्थात् वायू बाहेर सोडावा. एकदम वा वेगाने वायुरेचन करू नये. हीच खरी महामुद्रा होय. तुझ्यावरील प्रेमामुळे मी ती तुला उघड करून सांगत आहे. (१ ते ४)

या महामुद्रेच्या कृतीने किंवा प्रक्रियेने सामान्य साधकही सिद्धयोगी होतो. त्याच्या सर्व नाड्यांचे संचलन योग्य रीतीने होते आणि त्याला शुक्रस्थैर्य प्राप्त होते. त्याचे मनोमालिन्य जिरून जाते आणि सर्व पातके नष्ट होतात. अशा साधकाच्या सर्व रोगांचे उपशमन होते व त्याचा जठराग्नी प्रदीप्त होतो. त्याच्या देहाची कांती निर्मळ होते म्हणजे देहावरील कातडी तुकतुकीत व नितळ होते आणि त्याला वार्धक्य व अकालमृत्यू येत नाही. या साधकाला अपेक्षिलेले फल व सौख्य लाभते आणि सर्व इंद्रिये त्याच्या कह्यात अर्थात् ताब्यात राहतात. योगारूढ योग्याला वरील सर्व गोष्टी या महामुद्रेच्या सतताभ्यासाने निश्चित प्राप्त होतात हे निःसंशय समजावे अर्थात् याबद्दल कसलाही संशय बाळगण्याचे कारण नाही. हे देववंदिते पार्वती ! ही (महा) मुद्रा प्रयत्नपूर्वक गुप्त राखावी कारण हिच्या प्राप्तीमुळे योगी (साधक) भवसागर तरून जातात. ही (महा) मुद्रा इच्छित फल देणारी असल्याने ती मी साधकासाठी सांगितली आहे अर्थात् प्रकट केली आहे. या महामुद्रेचा अभ्यास साधकयोग्याने अत्यंत गुप्ततेने करावा आणि ही कोणाही भलत्यासलत्या माणसाला सांगू नये. (५ ते १०)

हे महेश्वरी ! (या महामुद्रेच्या सतताभ्यासामुळे) महासंकटे टळतात, (साधकाच्या शरीरातील) सर्व दोष (किंवा पापे) नष्ट होतात आणि मरणादि (सर्व संकटे) टळतात. या सर्व फलांमुळेच या मुद्रेला महामुद्रा म्हणतात किंवा ती या नावाने सुशोभित होते. साधकाने प्रथम चंद्रनाडीने म्हणजे डाव्या किंवा इडा नावाच्या नाडीने या महामुद्रेचा अभ्यास करावा आणि नंतर सूर्यनाडीने म्हणजे उजव्या किंवा पिंगला नावाच्या नाडीने तिचा अभ्यास करावा. (हा अभ्यास म्हणजे उपरोक्त २ ते ४ श्लोकात सांगितलेला पूरक, कुंभक व रेचकाचा अभ्यास होय.) या महामुद्रेला पथ्यापथ्याचे किंवा रसांचे बंधन नाही. या महामुद्रेचा जो अभ्यास करतो त्याला भयंकर विषही अमृताप्रमाणे सहज पचते आणि क्षय, कुष्ठ, मूळव्याध, गुदव्याधी (भगंदरादि) व पाथरी प्रभृती सर्व व्याधी नष्ट होऊन सर्व

रस हे नीरस होतात. ही महामुद्रा वार्धक्य व मृत्यू यांचा नाश करणारी म्हणून वर्णिलेली आहे. ही प्रयत्नपूर्वक गुप्त ठेवावी व कोणालाही ती सांगत सुद्धा नये. (११ ते १५)

पूरयित्वा मुखे वायुं हृदये चु (चि) बुके कृते ।
निभृतं योनिमाकुञ्च्येन्मनो मध्ये नियोजयेत् ।। ३४ ।।
अयं च सर्वनाडीनामूर्ध्वं गतिविशोधनः ।
त्रिवेसंणीङ्गमं कृत्वा केदारं प्रापयेन्मनः ।। ३५ ।।
रूपलावण्यसम्पन्ना यथा स्त्री पुरुषं विना ।
महामुद्रामहाबन्धौ निष्फलौ वेधवर्जितौ ।। ३६ ।।

अर्थ :– महाबन्ध करताना प्रथम मुखात वायुपूरण करावे. म्हणजे मुखाने वायू आत घेऊन कुंभक करावा. नन्तर हनुवटी हृदयस्थानी ठेवून योनीचे दृढ आकुंचन करावे आणि शेवटी मध्यभागी मनाची योजना करावी. या महाबन्धाचा सतत अभ्यास केला असता सर्व नाड्यांना ऊर्ध्वगती प्राप्त होते व त्यामुळे मार्गशुद्धी होते म्हणजे सुषुम्नामार्ग परिष्कृत अर्थात् मोकळा होऊन प्राण सहजतेने वर जाण्याचा मार्ग मोकळा होतो. असे झाले म्हणजे त्रिवेणी अर्थात् इडा, पिंगला व सुषुम्ना या तिन्ही नाड्यांचा संगम साधून मन केदारापर्यन्त म्हणजे ब्रह्मरन्ध्रापर्यन्त न्यावे. ज्याप्रमाणे रूपलावण्यसंपन्न अशी स्त्री पुरुषाशिवाय शोभून दिसत नाही त्याप्रमाणे वेधाशिवाय महामुद्रा व महाबंध हे निष्फल होतात.

सव्यं प्रसारितं पादं कराभ्यां धारयेद् दृढम् ।
आन्दोलनं ततः कुर्याच्छरीरस्य त्रिमार्गतः ॥ ३७ ॥
पुनरास्फालनं कर्त्यां सुस्थिरं कण्ठमुद्रया ।
वायुना गतिमाहृत्य कृत्वा पूरककुम्भकौ ।। ३८ ।।
समहस्तयुगो भूत्वा समपादयुगस्तथा ।
वेधयेत्क्रमयोगेन चतुष्पीठं तु वायुना ।। ३९ ।।
आस्फालयेन्महामेरुं वायुवज्राग्निकोटिभिः ।
पुटद्वयं समाक्रम्य वायुः स्फुरति सत्वरम् ।। ४० ।।
सोमसूर्याग्निसम्बन्धं जानीयादमृताय वै ।
मृतावस्था समुत्पन्ना ततो मृत्युभयं कुतः ।। ४१ ।।
एतत्त्रयं महागुण्यं जरामृत्युविनाशनम् ।

अष्टधा क्रियते चैतत् यामे यामे दिने दिने ॥ ४२ ॥
वह्निवृद्धिकरं चैव अणिमादिगुणप्रदम् ।
पुण्यं सञ्चयसंहारि पापौघभिदुरं सदा ॥ ४३ ॥

अर्थ :– प्रथम डावा पाय लांब पसरावा व नन्तर तो दोन्ही हातांनी घट्ट धरून शरीराच्या तिन्ही बाजूंनी हलवावा म्हणजे हा पाय हाताने घट्ट धरलेल्या स्थितीतच उजव्या, डाव्या व वरील बाजूला जितका नेता येणे शक्य आहे तितका न्यावा. मग कण्ठमुद्रा म्हणजे जालन्धर बन्ध करून कंबर स्थिर ठेवून पुन्हा पाय (वरीलप्रमाणे) हलवावा. (त्याच वेळी) पूरक करून कुम्भक करावा व वायूची गती थांबवावी. त्यानन्तर दोन्ही हात व दोन्ही पाय सारख्या प्रमाणात लांब करावेत आणि या क्रमयोगाचा अवलंब करून वायूने क्रमशः चतुष्पीठाचा वेध करावा. वायू, वज्र व अग्नी यांच्या कोटींनी म्हणजे यांच्या सतत अभ्यासाने चालन करून महामेरू हलवावा. त्यामुळे वायू पुटद्वयाचे समप्रमाणात आक्रमण करून म्हणजे इडापिंगलेतील आपली नेहमीची संसारोन्मुख गती सोडून देऊन तत्काल स्फुरण पावतो अर्थात् ऊर्ध्वमुख होऊन सुषुम्नागामी होतो. सोम, सूर्य व अग्नी म्हणजे इडा, पिंगला व सुषुम्नागामी कुण्डलिनी शक्तिरूपी वायुस्वरूप अग्नी यांचा संबंध किंवा समागम अमृतासाठी अर्थात् मोक्ष, कैवल्य, स्वातंत्र्य किंवा सामरस्यासाठी आहे हे लक्षात घ्यावे. वरील प्रकारे इडापिंगलेतून वाहणाऱ्या नाड्यांमधील वायूंचे अर्थात् विविध शक्तींचे कुण्डलिनी शक्तीशी समरसीकरण किंवा एकीकरण झाले म्हणजे मृतावस्था उत्पन्न झाली तरी साधकाला मृत्युभय बिलकुल वाटत नाही। (कारण या समरसीकरणामुळे तो केव्हाच मृत्यूला ओलांडून पलीकडे गेलेला असतो.) वरील तीन क्रिया म्हणजे महामुद्रा, महाबंध व शक्तिचालन या तीन क्रिया महागुणकारक असून त्या म्हातारपण व मृत्यू यांचा विनाश करणाऱ्या आहेत. या क्रिया प्रत्येक दिवशी प्रत्येक प्रहराला आठ आठ वेळा अशा कराव्यात. या क्रियांमुळे अग्नी प्रदीप्त होतो. अणिमादि गुण म्हणजे अणिमा, लघिमा, गरिमा इत्यादि अष्टसिद्धी प्राप्त होतात. पुण्यप्राप्ती होते. दोषसंचयाचा संहार होतो किंवा संचित प्रारब्धकर्मांचा नाश होतो आणि ह्या क्रिया साधकाच्या सर्व पापसमुदायाचा वज्राप्रमाणे नाश करणाऱ्या ठरतात अर्थात् वरील तिन्हीही क्रिया साधकाच्या सर्व पापसमुदायाचा नाश करणाऱ्या आहेत.

सम्यग्शिक्षावतामेवं स्वल्पं प्रथमसाधने ।
वह्निस्त्रीपथसेवानामादौ वर्जनमाचरेत् ॥ ४४ ॥

अर्थ :—ज्यांना चांगल्या ज्ञानी गुरूंचा लाभ झाला आहे त्यांना प्रथमपासूनच हे सर्व सोपे आहे; पण त्याकरिता असे पथ्य आहे की, साधकाने विस्तवापासून दूर राहवे म्हणजे त्याने विस्तवापाशी बसून शेक घेता कामा नये. तसेच त्याने स्त्री-पासून म्हणजे विषयसेवनापासून किंवा अष्टांगमैथुनापासून दूर राहिले पाहिजे आणि त्याने पायी प्रवास करू नये म्हणजे फार चालू नये.

विवरण :—या श्लोकात महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी साधकाने साधन करताना कोणत्या गोष्टी टाळाव्यात ते निक्षून सांगितले आहे. साधकयोग्याला ज्या गोष्टी अपथ्यकारक आहेत त्या सांगताना श्रीस्वात्मारामयोगींद्र यांनी "हठयोग-प्रदीपिकेत" उपरोक्त श्लोकातील दुसरा चरण उद्धृत करून त्याला "तथाहि गोरक्षवचनम्" असे म्हणून पुढील श्लोक कथन केला आहे.

वर्जयेद्दुर्जनप्रान्तं वह्निस्त्रीपथिसेवनम् ।
प्रातःस्नानोपवासादि कायक्लेशविधिं तथा ।। १.६१ ।।

याचा अर्थ असा की, साधकाने दुर्जनप्रान्त वर्ज्य करावा अर्थात् वाईट गावात किंवा वस्तीत राहू नये आणि दुर्जन लोकांशी संगतीही करू नये. अग्नीपाशी बसून शेक घेणे, स्त्रीशी संभोग करणे, खूप चालणे, प्रातःकाळी स्नान करणे आणि उपास करणे या सर्व गोष्टी साधकाने कटाक्षाने टाळाव्यात. मात्र शीतकालामध्ये अग्नीचा शेक घेणे, गृहस्थाने ऋतुसमयी स्वभार्यागमन करणे आणि तीर्थयात्रेच्या प्रसंगी चालणे हे निषिद्ध नाही असे आदि या पदाने येथे सूचित केले आहे हे विसरू नये

आरम्भश्च घटश्चैव प्रत्ययश्च तृतीयकः ।
निष्पत्तिः सर्वयोगेषु योगावस्था चतुर्विधा ।। ४५ ।।

अर्थ :—आरम्भ, घट, प्रत्यय व निष्पत्ती अशा चार अवस्था सर्व योगामध्ये आहेत.

विवरण :—श्रीस्वात्मारामयोगींद्र यांनी "हठयोगप्रदीपिका" या ग्रंथात वरील चार अवस्था या योगान्तर्गत नादाच्या चार अवस्था आहेत हे सांगताना असे म्हटले आहे की—

आरम्भश्च घटश्चैव तथा परिचयोऽपि च ।
निष्पत्तिः सर्वयोगेषु स्यादवस्थाचतुष्टयम् ।। ४.६९ ।।

आरंभ, घट, परिचय व निष्पत्ती अशा नादाच्या चार अवस्था आहेत. सर्व योगांमध्ये म्हणजे चित्तवृत्तीचा निरोध व्हावा म्हणून ज्या ज्या उपायांचा किंवा मार्गांचा अवलंब केला जातो त्या त्या उपायांमुळे किंवा मार्गानुसरण केल्यामुळे नादाच्या वरील चार अवस्था साधकाच्या शरीरामध्ये उत्पन्न होतात. त्याचप्रमाणे शांभवीमुद्रा इत्यादींमध्ये किंवा त्यांच्यामुळेही या चार अवस्था उत्पन्न होतात.

ब्रह्मग्रन्थेर्भवेद वेधादानन्दानुभवः स्वयम् ।
विचित्रक्वणको देहेऽनाहतः श्रूयते ध्वनिः ॥ ४६ ॥
दिव्यदेहश्च तेजस्वी दिव्यगन्धस्त्वरोगवान् ।
सम्पूर्णहृदयश्शूर आरम्भे योगिनो भवेत् ॥ ४७ ॥

अर्थ :– ब्रह्मग्रन्थीच्या वेधामुळे आनन्द उत्पन्न होतो. विचित्र प्रकारचा अनाहत ध्वनी साधकाला आपल्या कानात आतून ऐकू येऊ लागतो. साधकाचा देह दिव्य आणि तेजस्वी होतो. त्याच्या देहाला दिव्य गंध येतो व तो निरोगी होतो. त्याचप्रमाणे साधक संपूर्ण हृदयाचा म्हणजे धैर्यवान् व शूर होतो. ही सर्व लक्षणे आरंभावस्थेत साधक योग्यात प्रादुर्भूत होतात.

विवरण :– श्रीस्वात्मारामयोगींद्र यांनी "हठयोगप्रदीपिका' या ग्रंथात आरंभावस्थेचे व त्याच्या फलाचे वर्णन करताना असे म्हटले आहे की––

ब्रह्मग्रंथेर्भवेद्भेदो ह्यानंदः शून्यसंभवः ।
विचित्रः क्वणको देहेऽनाहतः श्रूयते ध्वनिः ॥ ४·७० ॥
दिव्यदेहश्च तेजस्वी दिव्यगन्धस्त्वरोगवान् ।
संपूर्ण हृदयः शून्य आरंभो योगवान्भवेत् ॥ ७१ ॥

(चार अवस्थांपैकी आरंभावस्थेचे वर्णन प्रथम करतात.) अनाहतचक्रामध्ये स्थित असलेल्या ब्रह्मग्रंथींचा जेव्हा प्राणायामाच्या अभ्यासाने भेद होतो तेव्हा आनन्द उत्पन्न करणारा, हृदयाकाशरूप शून्यात उत्पन्न होणारा, नानाविध प्रकारचा आणि आभूषणांच्या शब्दाप्रमाणे असणारा अनाहत अर्थात् कशावरही आपटल्याशिवाय उत्पन्न होणारा ध्वनी किंवा शब्द देहामध्ये उत्पन्न होऊन साधक तो ऐकतो. हृदयाकाशरूप शून्यामध्ये नादाचा प्रारंभ झाल्यावर अर्थात् जर हृदयात नादाची प्रतीती आली तर प्राणवायूमुळे हृदय उत्तम प्रकारे आणि आनन्दाने परिपूर्ण झाल्यामुळे साधकयोगी रूपलावण्यसंपन्न अर्थात् दिव्यदेही होतो. तो तेजस्वी म्हणजे प्रतापी होतो व त्याच्या देहाला दिव्य वास येतो. तो सर्व रोगां-

पासून मुक्त होतो. येथे शून्याला हृदयाकाश एवढ्याचसाठी म्हटले आहे; कारण हृदयाकाश, विशुद्धाकाश व भ्रूकुटीमध्यातील आकाश या तिन्हीही आकाशांना क्रमाने शून्य, अतिशून्य व महाशून्य असे संबोधून योगिजन व्यवहार करीत असतात.

द्वितीयायां घटीकृत्य वायुर्भवति मध्यगः ।
दृढासनो भवेद्योगी ज्ञानादेव समप्रभः ।। ४८ ।।
विष्णुग्रन्थेस्तथा वेधात् परमानन्दसूचकः ।
अतिशून्ये विमर्दश्च भेरीशब्दस्तथा भवेत् ।। ४९ ।।

अर्थः—दुसऱ्या (घटावस्थेत) घटाप्रमाणे म्हणजे घड्याप्रमाणे किंवा कुंभाप्रमाणे असणाऱ्या शरीरात (घटाप्रमाणे) वायू मध्यस्थानी राहतो. त्यावेळी योग्याचे आसन दृढ होते व तो ज्ञानामुळेच तेजस्वी व प्रभावान् असा योगी दिसतो. आणि विष्णुग्रंथीच्या वेधापासून देहातील शून्य किंवा मोकळ्या जागी थोडा गलका, गोंधळ किंवा संमिश्र शब्द होऊन नन्तर परमानन्दकारक असा भेरीनाद म्हणजे नगाऱ्याप्रमाणे भरीव नाद ऐकू येतो.

विवरण :—श्रीस्वात्मारामयोगींद्र यांनी "हठयोगप्रदीपिका" या ग्रंथात घटावस्थेचे व त्याच्या फलाचे वर्णन करताना असे म्हटले आहे की—

द्वितीयायां घटीकृत्य वायुर्भवति मध्यगः
दृढासनो भवेद्योगी ज्ञानी देवसमस्तदा ।। ४·७२ ।।
विष्णुग्रन्थेस्ततो भेदात्परमानन्दसूचकः ।
अतिशून्ये विमर्दश्च भेरीशब्दस्तथा भवेत् ।। ७३ ।।

आता घटावस्थेचे वर्णन करतात. दुसऱ्या घटावस्थेत प्राणवायू आपल्याबरोबर अपानवायू अर्थात् अपानशक्ती आणि नादबिन्दू या दोहोंना एक करून घेऊन कंठस्थानाच्या ठिकाणी असलेले जे मध्यचक्र आहे तेथे जाऊन पोहोचतो. याविषयी जालंधरबंधाचे कथन करताना असे म्हटले आहे की, हे मध्यचक्र हे शरीरातील सोळा आधारांचे बंधन आहे. ज्यावेळी वरील अवस्था योगिसाधकाला प्राप्त होईल त्यावेळी त्या अवस्थेत त्याचे आसन दृढ अर्थात् पक्के होईल आणि ज्ञानी पूर्वीपेक्षा कुशल बुद्धीचा व रूपलावण्याच्या अधिक्यामुळे देवतुल्य होतो. याबाबत ईश्वरोक्त राजयोगात असे म्हटले आहे की, ज्यामुळे प्राण, अपान, नाद, बिन्दू, जीवात्मा व परमात्मा या गोष्टींचे एकीकरण होऊन ही अवस्था उत्पन्न होते, त्याला घटावस्था असे म्हणतात.

तृतीयायां ततो भित्त्वा विपाको (विहायो) मर्दलध्वनिः ।
महाशून्यं तदा जातं सर्वसन्धि (सद्धि) समाश्रयम् ॥ ५० ॥
चित्तानन्दं ततो जित्वा सहजानन्दसम्भवः ।
दोषमृत्यु-जरा-दुःख-क्षुधा-निद्राविवर्जितः ॥ ५१ ॥

अर्थ :–तिसऱ्या अवस्थेत म्हणजे प्रत्ययात (प्राणवायू) आकाशभेद करतो, त्यामुळे मृदंगासारखा अनाहत ध्वनी शरीरात उत्पन्न होतो आणि सर्व सांध्यांच्या मध्ये शून्यता येते. (अर्थात् संधीत कफ राहत नाही.) त्यामुळे चित्तानन्दाला मागे सारून साधकयोग्याच्या ठिकाणी सहजानन्दाचा प्रादुर्भाव होतो. त्यामुळे वातादि शरीरदोष, मृत्यू, म्हातारपण, दुःख, भूक, आणि निद्रा या गोष्टी साधकाच्या ठिकाणी राहत नाहीत.

विवरण :–श्रीस्वात्मारामयोगींद्र यांनी "हठयोप्रदीपिका" या ग्रंथात योगान्तर्गत नादाच्या तिसऱ्या म्हणजे परिचयावस्थेचे व त्याच्या फलाचे वर्णन करताना असे म्हटले आहे की––

तृतीयां तु विज्ञेयो विहायोमर्दलध्वनिः ।
महाशून्यं तदा याति सर्वसिद्धिसमाश्रयम् ॥ ४·७४ ॥
चित्तानन्दं तदा जित्वा सहजानन्दसम्भवः ।
दोषदुःखजराव्याधिक्षुधानिद्राविवर्जितः ॥ ७५ ॥

आता परिचयावस्थेचे वर्णन करतात. तिसऱ्या परिचयावस्थेमध्ये भ्रूकुटीच्या मध्यरूप आकाशात मर्दलवाद्य विशेषाचा म्हणजे ढोलाचा ध्वनी विशेष करून साधकाला ऐकू येतो. या अवस्थेत प्राणवायू संपूर्ण अणिमा इत्यादि सिद्धींचे जे आश्रयस्थान महाशून्य अर्थात् भ्रूमध्याकाश आहे तेथे जाऊन पोहोचतो. या महाशून्यामध्ये प्राणवायूचा संयम केला असता अणिमादि सिद्धींची साधकयोग्याला प्राप्ती होते. अनाहत नादाच्या विषयामुळे म्हणजे तो सतत ऐकत राहण्याची जी अन्तःकरणाची वृत्ती आहे त्यातून उत्पन्न होणाऱ्या आनन्दाला चित्तानन्द असे म्हणतात. ज्यावेळी साधक ह्या चित्तानन्दावर विजय मिळवितो व तो जिंकतो अर्थात् त्याचा तिरस्कार करतो त्यावेळी स्वाभाविक व आत्मसुखस्वरूप असा जो सहजानन्द आहे तो प्रकट होतो. त्यामुळे साधकयोगाच्या वातपित्तकफरूप दोषांचे दुःख, वृद्ध अवस्था, आध्यात्मिक दुःख, ज्वरादि व्याधी, भोजन-निद्रा इत्यादि सर्व गोष्टी कायमच्या दूर अगर नाहीशा होतात.

रुद्रग्रन्थिं ततो भित्त्वा सत्त्वपीठगतोऽनिलः ।
निष्पत्तौ वैणवश्शब्दः क्वणन्वीत (ञिव) क्वणो भवेत् ॥५२॥
एकीभूतं तदा चित्तं राजयोगाभिधानकम् ।
सृष्टिसंहारकर्ताऽसौ योगीश्वरसमोभवेत् ॥ ५३ ॥

अर्थ :—चवथ्या अवस्थेत प्राणवायू सत्त्वपीठात गेलेला असताना तो रुद्र-ग्रन्थीचा भेद करतो. (त्यामुळे प्राणवायू हळूहळू ब्रह्मरन्ध्रात प्रवेश करू लागला की, साधकयोग्याला) वेणूचा नाद ऐकू येतो व (प्राणवायू जसजसा ब्रह्मरन्ध्रात लीन होत जाईल त्या प्रमाणात) हळूहळू हा नाद बंद होत जातो. (शेवटी प्राणवायू ब्रह्मरन्ध्रात पूर्णपणे लीन झाला की, हा नाद पूर्णपणे लय पावतो.) अशी अवस्था प्राप्त झाली की, साधकयोग्याचे चित्त फक्त एकरूप होते. यालाच राजयोग अशी संज्ञा आहे. हा राजयोग ज्याला सांधतो तो योगीश्वरासारखा जग-दुत्पत्ती व जगत्संहार करणारा होतो.

विवरण :—श्रीस्वात्मारामयोगींद्र यांनी आपल्या "हठयोगप्रदीपिका" या ग्रंथात योगान्तर्गत नादाच्या चवथ्या निष्पत्ती अवस्थेचे वर्णन करताना व त्याचे फल सांगताना असे म्हटले आहे की—

रुद्रग्रन्थिं यदा भित्त्वा शर्वपीठगतोऽनिलः ।
निष्पत्तौ वैणवः शब्दः क्वणद्वीणाक्वणो भवेत् ॥ ४·७६ ॥
एकीभूतं तदा चित्तं राजयोगाभिधानकम् ।
सृष्टिसंहारकर्तासौ योगीश्वरसमो भवेत् ॥ ७७ ॥

आता निष्पत्ती अवस्थेचे वर्णन करतात. ज्यावेळी प्राणवायू आज्ञाचक्रात असलेल्या रुद्रग्रन्थीचा भेद करून शर्वाचे म्हणजे ईश्वराचे व पीठ म्हणजे स्थान अर्थात् ईश्वरांचे स्थान असलेल्या भ्रूकुटीमध्याचर्या ठिकाणी येतो त्यावेळी तेथून पुढे निष्पत्ती अवस्था उत्पन्न होण्यास प्रारंभ होतो. निष्पत्ती अवस्थेमध्ये प्राणवायू ब्रह्मरन्ध्रात पोहोचल्यावर वेणूच्या नादासारखा अनाहत नाद साधकाला ऐकू येतो किंवा वेणुनादासारखा नाद साधकाच्या शरीरात उपस्थित होतो. या निष्पत्ति अवस्थेमध्ये साधकयोग्याचे चित्त एकीभूत होऊन जाते. विषय आणि विषयी यांचा अभेद किंवा एकता झाली की, ज्याचे नाव राज आहे असे हे चित्त होते. चित्ताच्या एकाग्रतेलाच राजयोग असे म्हणतात. हा राजयोग ज्याला साधतो तो योगी सृष्टींच्या उत्पत्तीचा व संहाराचा ईश्वराप्रमाणे कर्ता होतो अर्थात् नादानुसन्धानामुळे रचना व संहार यांचा कर्ता झाल्यामुळे योगी ईश्वररूप होतो.

न नादो न च बिन्दुश्च न चेतो नाप्यचेतनः ।
नाभ्यासदुस्तरं किञ्चित् राजयोगो निगद्यते ॥ ५४ ॥

अर्थ :— राजयोगात नाद, बिन्दू, चेतन, अचेतन, अभ्यास, क्लेश वगैरे काहीही नाही. अभ्यासकाला राजयोग काही कठीण नाही.

लीनं यत्र चराचरं लयवशात् तल्लिङ्गमित्युच्यते ।
सा शक्तिर्यदचिन्त्यरूपगहनाल्लोकत्रयोद्भासिनी ॥
तद्ध्यानं यदशेषवस्तुविषयव्यापारहीनं मनः ।
तत्क्षेत्रं यदसीमकालपटलध्यानासनं हेलया ॥ ५५ ॥

अर्थ :— ज्या ठिकाणी अखिल स्थावर जंगमात्मक जगत् लीन होते त्याला लिंग असे म्हटले जाते. आपल्या अचिन्त्यरूपाच्या गूढतेमुळे जी लोकत्रयाचे उद्भासन करते तिला शक्ती असे म्हणतात अर्थात् अचिन्त्यरूप व गूढता या दोन गुणांच्या जोरावर महाशक्ती ही लोकत्रय सुशोभित किंवा शोभिवंत करून प्रकट करीत असते. ज्यातून सर्व वस्तूंच्या विषयाचे व्यापार पार निघून गेले आहेत असे मन होणे म्हणजे मनाची निर्व्यापारता होणे हेच ध्यान होय आणि अमर्याद कालपटलाचे ध्यान हेच सहज झालेले आसन होय. हे त्या राजयोग्याचे क्षेत्र होय.

विवरण :—या श्लोकात महायोगी श्रीगोरक्षनाथांनी लिंग, शक्ती, ध्यान व आसन कशाला म्हणतात हे त्यांच्या दृष्टिकोनातून स्पष्ट केले आहे. लिंग म्हणजे सहस्रारस्थ शिव अर्थात् गुरू होय. ज्यावेळी जागृत कुण्डलिनी शक्ती सुषुम्ना-मार्गाने सहस्रारात येऊन शिवाशी एकरूप होते तेव्हा पिंडब्रह्माण्डाची संहारणी होते. मात्र हीच शक्ती ज्यावेळी बहिर्मुखाने उद्भासित होते तेव्हा ती पिण्डब्रह्माण्डाची रचना किंवा उभारणी करते. "ध्यानं निर्विषयं मनः" अर्थात् ध्यान म्हणजे निर्विषय मन होणे ही शास्त्रकारांची व्याख्या वरील ध्यानाच्या वर्णनाशी जुळणारी असून "संकल्पनाश एव मोक्षः ।" अर्थात् संकल्परूपी चित्ताचा नाश हाच मोक्ष होय या योगवासिष्ठ व रामायणोक्त मोक्षसिद्धीसाठी अशा ध्यानाचाच आश्रय घेणे साधकास श्रेयस्कर आहे. अमर्याद कालपटलाच्या ध्यानाने सहज आसन कसे प्राप्त होते याचा अत्यन्त सुन्दर विचार श्रीसन्ततुकाराममहाराज यांनी आपल्या पुढील अभंगात केला आहे.

वृक्षवल्ली आम्हां सोयरे वनचरें ।
पक्षीही सुस्वरें आळविती ॥ १ ॥
येणे सुखें रुचे एकान्ताचा वास ।
नाहीं गुणदोष अंगा येत ॥ २ ॥
आकाश मंडप पृथिवी आसन ।
रमे तेथें मन क्रीडा करूं ॥ ३ ॥
कंथाकमंडलू देहउपचारा ।
जाणवितो वारा अवसरु ॥ ४ ॥
हरिकथा भोजन परवडी विस्तार ।
करोनि प्रकार सेवूं रुची ॥ ५ ॥
तुका म्हणे होय मनासी संवाद ।
आपुलाचि वाद आपणांसी ॥ ६ ॥
पञ्चभूतात्मको देहः पञ्चमण्डलपूरितः ।
काठिन्यात्पृथिवी ज्ञेया पानीयं यद्द्रवाकृतिः ॥ ५६ ॥
दीपनं तु भवेत्तेजः स्पर्शो वायोस्तथा भवेत् ।
आकाशे चेतनं सर्वं ज्ञातव्यं योगमिच्छता ॥ ५७ ॥

अर्थ :–पाच मंडलांनी भरलेला हा पंचभूतात्मक देह आहे. त्याचे विभाजन असे आहे. देहातील सर्व कठीण भाग हा पार्थिवांश किंवा पृथ्वीतत्त्वच होय. सर्व द्रवद्रव्ये हा जलांश किंवा जलतत्त्व आहे. अग्निदीपन हे तेजोभाग किंवा तेजतत्त्व असून सर्व स्पर्शनेन्द्रियात वायू किंवा वायुतत्त्व आहे आणि आकाशात म्हणजे आकाशतत्त्वात सर्व चेतनद्रव्ये आहेत. अर्थात् शरीरातील सर्व पोकळ्यांमधून चेतन वस्तू आहे असे योग जाणण्याची इच्छा करणारांनी जाणावे किंवा समजावे.

षट्छतान्यधिकान्यत्र सहस्राण्येकविंशतिः ।
अहोरात्रं वहेच्छ्वासो वायुमण्डलरेचनात् ॥ ५८ ॥

अर्थ :–वायुमंडलातून रेचनक्रियेने सबंध चोवीस तासांत एकवीस हजार सहाशे श्वासोच्छ्वास वाहत असतात.

तत्पृथ्वीमण्डले क्षीणे वलिरायाति देहिनाम् ।
तोये क्षीणे तृणानीव चिकुराः पांडुराः क्रमात् ॥ ५९ ॥
तेजःक्षीणे क्षुधाक्लान्तिर्नश्यते मारुते श्लथे ।

वेपथुश्च भवेन्नित्यं साहसेनैव जीवति ॥ ६० ॥
इत्थंभूतक्षयान्मृत्युर्जीवितं भूतधारणात् ।
प...श्चेद्वर्षशते लक्ष्येन्नान्यथा मरणं भवेत् ॥ ६१ ॥

अर्थ :–पार्थिवमंडल क्षीण वा दुर्बल झाल्यास देहधाऱ्यांच्या शरीरावर वळ्या किंवा सुरकुत्या पडतात. जलीय भाग किंवा जलांश क्षीण झाल्यास शरीरावरील केस गवताप्रमाणे पांढरे होतात. तेजीयभाग किंवा तेजांश क्षीण झाल्यास भूक व कांती नाहीशी होते. वायवीय भाग म्हणजे वायूचा अंश क्षीण झाल्यास कंप होतो अर्थात् शरीर कंप पावू लागते आणि साहस नाहीसे होऊन माणूस मोठ्या कष्टानेच जीवन जगतो. अशा रीतीने पंचभूतांच्या क्षयाने माणसाचा मृत्यू होतो आणि त्यांच्या व्यवस्थित धारणेने जीवित मिळते व आयुर्वृद्धी होऊन त्याला एकशे पंचवीस वर्षांचे उत्तम आयुष्य प्राप्त होते. अन्यथा (अकाली) मृत्यू हा ठरलेलाच आहे.

यामाष्टकृताभ्यासात्सर्वाञ्छ्वासान् ग्रसत्यसौ ।
स षोडशकलोपेतश्शशी तिष्ठति पूरकान् (त्) ॥ ६२ ॥
निस्तरङ्गो स्थिरे चित्ते वायुर्भवति मध्यगः ।
रविरूर्ध्वपदं याति बिन्दुना याति वश्यताम् ॥ ६३ ॥

अर्थ :– आठ प्रहरांच्या अभ्यासाने म्हणजे अष्टौप्रहर अगर सतत अभ्यास केल्याने सर्व श्वासांचा ग्रास होतो म्हणजे साधकाला केवल कुम्भक साधतो. पूरकामुळे सोळा कलायुक्त चंद्र स्थिर होतो. चित्त निस्तरंग अर्थात् चांचल्यशून्य होऊन स्थिर झाल्यास वायू मध्यनाडीत अर्थात् सुषुम्णेमध्ये प्रविष्ट होतो. (प्राणवायूचे म्हणजे प्राणवायुरूप कुण्डलिनीशक्तीचे सुषुम्णेत चालन झाले की,) सूर्य ऊर्ध्वस्थानी जातो आणि बिन्दू म्हणजे वीर्य दृढ होऊन वश्यता अर्थात् स्वाधीनता किंवा संयम प्राप्त होतो.

आनन्दपूरितो योगी जायते शिवसन्निभः ।
तदैश्वरगुणास्सर्वे दृश्यन्ते दशमासतः ॥ ६४ ॥
इत्यमरौघसंसिद्धौ गोरक्षेण प्रकाशितः ।
लयाद्युपायकौशल्य प्रबोध प्रत्ययात्मकः ॥ ६५ ॥

अर्थ :– या वेळी म्हणजे वरील स्थिती प्राप्त झाल्यावर योगिसाधक आनन्दाने परिपूर्ण होतो व त्याला शिवसमानता लाभते. (या अमर ओघाच्या अर्थात्

शक्तिपातयोगाने प्राप्त होणाऱ्या सुषुम्णान्तर्गत कुण्डलिनीशक्तीच्या चालनाभ्यासामुळे साधकाच्या ठिकाणी) दहा महिन्यांनी सर्व ईश्वरीय गुण प्रकट होतात असे श्रीगोरक्षनाथाने या अमरौघसंसिद्धीत प्रकाशित केले आहे किंवा वरील सर्व योगक्रिया अमरौघज्ञानार्थ सांगितल्या आहेत. हा अमरौघप्रबोध ग्रंथ लययोगादि उपायातील कौशल्य, प्रकर्षाने बोध व प्रत्ययात्मक बोध अर्थात् अनुभवात्मक ज्ञान देणारा आहे.

सर्वचिन्तां परित्यज्य दिनमेकं परीक्ष्यताम् ।
यदि तत्प्रत्ययो नास्ति तदा मे तु मृषा वचः ।। ६६ ।।

अर्थ :–सर्व प्रकारच्या चिन्ता अर्थात् विचार किंवा संशय टाकून देऊन निदान एक दिवस तरी (वर सांगितल्याप्रमाणे क्रिया करून) तसे वागून व त्यांची परीक्षा करून पाहावे. जरी मी सांगितल्याप्रमाणे प्रचीती आली नाही, तर माझे सर्व बोलणे अगदी खोटे समजावे.

रुमो (?) मरीचि खद्योत दीपज्वालेन्दु भास्कराः ।
अमी कला महाबिम्बं विश्वबिम्बं प्रकाशते ।। ६७ ।।

अर्थ :–किरण, काजवा, दीपशिखा, चंद्र आणि सूर्य या प्रकाशमान कला होत. या कलांमुळे विश्वबिम्ब व महाबिम्ब प्रकाशमान होते.

प्रबोधं यो न जानाति सोऽमरौघं न विन्दति ।
समीभावे समुत्पन्ने चित्ते द्वैतविवर्जिते ।।६८।।
अहं ममेत्यपीत्युक्त्वा सोऽमरौघं विचिन्तयेत् ।
चित्तं जिवितमित्याहुरचित्तं मरण विदुः ।।६९।।

अर्थ :–जो हा प्रबोध जाणणार नाही म्हणजे ज्याला प्रकर्षाने केलेला हा बोध किंवा उपदेश कळणार नाही. त्याला अमरौघ किंवा राजयोग साध्य होणार नाही. द्वैतरहित चित्तात समभाव किंवा साम्यभाव उत्पन्न झाला म्हणजे अहंता व ममता यांचा देखील त्याग करून या अमरौघाचे चिन्तन करावे. चित्त म्हणजे जीवित अर्थात् संसार होय व चित्तराहित्य म्हणजे चित्तरहित स्थिती हे मरण म्हणजे पूर्ण सामरस्य किंवा लय होय असे योगविद् म्हणतात.

चित्ताचित्ते समीभूते जीवन्मुक्तिरिहोच्यते ।
यत्र स्वभावसद्भावो भावितुं नैव शक्यते ।। ७० ।।

अर्थ :–चित्त व अचित्त यांच्या साम्यावस्थेला जीवन्मुक्ती असे म्हणतात किंवा ही सामावस्थाच जीवन्मुक्ती होय. या अवस्थेत स्व-भावाच्या म्हणजे शिवशक्तीच्या अर्थात् संसार व मुक्ती यांच्या अस्तित्वाबद्दल किंवा त्यांच्याविषयी बोलणेच खुंटते.

न जीवति ततः कोऽपि न च कोऽपि मरिष्यति ।
राजयोगं पदं प्राप्य सर्वसत्त्ववशङ्करम् ॥ ७१ ॥

अर्थ :–राजयोगाचे स्थान मिळाल्यावर अर्थात् राजयोगाची अत्युच्चावस्था प्राप्त झाल्यावर जगतो कोण व मृत्यू तरी कोण पावतो ? कारण राजयोग हा सर्व जीवमात्राला वश करणारा आहे.

सर्वं कुर्यान्न कुर्याद्वा यथारुचि विचेष्टितम् ।
नग्नः कोऽपि गुहासु दिव्यवसनः कौपीनवासाः क्वचित् ।
दिव्यस्त्रीसुरतान्वितोऽपि कुहचित्स ब्रह्मचारी क्वचित् ।
भिक्षाहाररतः क्वचित् क्वचिदपि प्राप्नोति भोगास्पदम् ।
सर्वत्राप्रतिबद्धवृत्तिरखिलक्लेशापहा योगिराट् ॥ ७२ ॥

अर्थ :–या (राजयोगात) सर्व काही गोष्टी यथेच्छ, यथेष्ट व यथारुची कराव्यात किंवा करूही नयेत. या योगात कसलेच बन्धन नाही. हा योग प्राप्त झाल्यावर कोणी नग्नावस्थेत गुहेतही राहील. कोणी कधी उंची वस्त्रे परिधान करील; तर कधी केवळ लंगोटीच लावील. कधी सुंदर स्त्रियांशी कामक्रीडा करील तर कधी ब्रह्मचर्य पाळील. कधी भिक्षान्नसेवनाची गोडी चाखील तर कधी सुंदर पक्वान्नांवर ताव मारील! या राजयोगात कोणत्याही कामीवृत्तीला बाध किंवा प्रतिबंध नाही. हा राजयोगी म्हणजे योगिराट् किंवा सर्व योग्यांचा राजा, सर्व दुःखांना कमी समजणारा व सर्व दुःखे दूर करणारा होईल.

श्रीमद्गोरक्षनाथेन सदामरौघवर्तिना ।
लयमंत्रहठाः प्रोक्ताः राजयोगाय केवलम् ॥ ७३ ॥

अर्थः–श्रीमद् गोरक्षनाथ हे सदैव अमरौघप्रवाहात म्हणजे मूलाधारापासून सहस्रारापर्यन्त चालणाऱ्या सुषुम्नान्तर्गत शक्तीच्या प्रवाहात डुंबणारे आहेत. त्यांनी केवळ राजयोगासाठीच म्हणजे राजयोग सिद्ध व्हावा अर्थात् अनादि निद्रिस्त कुण्डलिनीशक्ती जागृत होऊन अमर ओघाचा प्रवाह साधक

शरीरात उपस्थित व्हावा आणि कुण्डलिनी शक्तीचें चालन व्हावे म्हणून लय, मंत्र व हठयोगाच्या क्रिया सांगितल्या आहेत.

कायेनैव परीक्षेत वाक्पटुः किं करिष्यति ।
चिकित्सापाठमात्रेण रोगिणः किं करिष्यति ॥७४॥

अर्थ :–(वर सांगितलेल्या सर्व शास्त्राचे अर्थात् क्रियांचे) आचरण स्वतः साधकाने करून (अमरौघाचे) हे तत्त्व (किंवा यातील गोष्टी) परीक्षून पाहव्यात. नुसत्या चर्चेने, बोलण्याने अगर वाक्पटुत्वामुळे काहींच होत नाही. केवळ औषधांची यादी पाठ करून किंवा ती वाचून रोगी रोगमुक्त कसा होईल ?

॥ इति श्रीमद्गोरक्षनाथविरचितं अमरौघप्रबोधं संपूर्णम् ॥

अशा प्रकारे श्रीगोरक्षनाथ यांनी रचलेला अमरौघप्रबोध हा ग्रंथ पूर्ण झाला.

॥

सिद्धयोग प्रकाशन

– प्रकाशित ग्रंथ –

१) महायोगी गोरक्षनाथ विरचित योगबीज (मूळ संस्कृत व मराठी अर्थासह)	३-००
२) स्पंदशास्त्र अर्थात् सिद्धयोग साधन पद्धती	३-००
३) श्रीगोरक्षगीता	२-००
४) ज्ञानसंकलिनीतंत्र (मूळ संस्कृत व मराठी अर्थासह)	५-००
५) शक्तिपातयोगाने दिव्यचक्षूंचे उन्मीलन	२-००
६) सिद्धसिद्धान्तसंग्रह (मूळ संस्कृत व मराठी अर्थासह)	१०-००
७) गोष्टीरूप वेदान्त	२-००
८) श्रीसत्यदत्तव्रतपूजाकथा	२-००
९) शिवसंहिता (मूळ संस्कृत व मराठी अर्थासह)	२०-००
१०) श्रीललितासहस्रनामस्तोत्र (मूळ संस्कृत व मराठी अर्थासह)	१०-००
११) शक्तिपातयोगरहस्य अर्थात् सिद्धमहायोगशास्त्र	२०-००
१२) स्वामी अवधूत श्रीनिरंजन रघुनाथ (चरित्र)	१०-००
१३) श्रीश्रीसद्‌गुरुसंग (खंड पहिला)	२०-००
१४) ज्ञानेश्वरी : सिद्धयोग दर्शन	१५०-००
१५) विद्यारण्यस्वामीविरचित सद्‌गुरुप्रार्थना (मूळ संस्कृत व मराठी अर्थासह)	२-००
१६) महायोगी श्रीसिद्धगोरक्षनाथ विरचित अमरौघशासन (मूळ संस्कृत व मराठी भाषान्तरासह)	२०-००
१७) नित्यउपासनाक्रम आणि महायोगी सद्‌गुरु श्रीगुळवणीमहाराज यांच्या विविध आरत्या व प्रार्थना	४-००
१८) महायोगी श्रीसिद्धगोरक्षनाथ विरचित अमरौघप्रबोध (मूळ संस्कृत श्लोक, सुबोध मराठी भाषान्तर व विवरणासह)	२०-००

शक्तिपातयोगासंबंधी
एकमेव मराठी प्रकाशन

२६।२०२ लक्ष्मीनगर.
पुणे-४११ ००९.